



サーモンとひよこ豆のポテトサラダ

じゃがいもの食感を楽しむ 暑い夏の日に冷やして楽しむサラダです。今回はサーモンとひよこ豆ですが、オリーブやコーン、トマト。ツナやエビなどカスタマイズして楽しんで頂けます。モッツァレラチーズを入れるのも良いですね。

使用商品

- ひよこ豆
- エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル

(2人分)

- ジャがいも(中2個).....200g
- スモークサーモン(細切り)....100g
- 玉ねぎ(薄くスライス)....1/2個
- ひよこ豆の水煮....100g
- オリーブオイル....大さじ1/2
- オレガノ...適量

材
料

- パセリ(あれば)...適量
- 塩こしょう...適量

① お鍋でジャガイモが柔らかくなるまでゆでます。玉ねぎは薄くスライスし、塩を振って10分置き水気を取る。

(2) (1)のジャガイモの水気を切り、冷まして皮をむいて一口大に切りボウルに入れる。

(3) ひよこ豆の水気を切り、ひよこ豆、玉ねぎ、サーモンも(2)に加える。

手
順

(4) パセリ、オレガノ、オリーブオイル、塩こしょうで味を調える。

(5) 冷蔵庫で良く冷やしてからお召し上がりください。お好みでワインビネガーを加えても◎。