

舞茸とキャベツの温サラダ



【材料】（4人分）

キャベツ	5枚（1/4カット）
舞茸	1パック
しめじ	1パック
塩	少々
ミニトマト	数個

《タレの材料》

マヨネーズ	大さじ3
オイスターソース	大さじ1
サラダ油	小さじ1
すりゴマ	大さじ1

【下準備】

- ① 舞茸は食べやすく切り、しめじは小房に分ける。
- ② キャベツは一口大に切る。
- ③ ミニトマトは1/4に切る。

【作り方】

1. ①のキノコ類と②のキャベツを耐熱皿にのせラップして電子レンジで加熱する。
（目安 600Wで6分程）
2. 1.のキノコ類・キャベツに塩をふる。
3. 2.のキノコ類とキャベツを《タレの材料》で和える。
4. 3.をお皿に盛り③のミニトマトを彩りに添える。



★ オイスターソース 一口メモ

★牡蠣を主原料としている独特の風味とコクがある調味料です。
野菜炒め、肉炒め、煮物、焼きそばなど何にでも活用できます。