



レタスのチョレギサラダ



材料3～4人分

レタス	200g(約 1/2個)
焼きのり	2枚
白いごま	小さじ2
☆ごま油	大さじ1
☆にんにく	チューブ1cm
☆酢	大さじ1
☆しょうゆ	小さじ2
☆砂糖	小さじ 1/2
☆塩	ひとつまみ

作り方

- ①レタスを食べやすい大きさにちぎる。
- ②☆をボウルに入れ、合わせる。
- ③②に①とちぎったのりを入れ、よく和える。
- ④③をお皿に盛り、白いごまをかける。