



## かぼちゃとチーズのサラダ

□ 材料	約4人前
かぼちゃ	小1 / 4個
ブロッコリー	1房
ダイズチーズ	50g

※ マヨネーズ	大さじ3
塩・胡椒	少々
砂糖	小さじ2
酢	小さじ1



### □ 作り方

- 【1】 かぼちゃは1cm角に、ブロッコリーは小分けにする。
- 【2】 ※の調味料を合わせておく。
- 【3】 【1】の材料を少し硬めに茹で、冷やしておく。
- 【4】 【3】をボールに入れ【2】の調味料で和え、チーズを入れさっくりと混ぜる。

かぼちゃが美味しい季節になりました。

ブロッコリーとチーズを合わせてマヨネーズで和えました。チーズの塩分がありますので、マヨネーズは少なくても大丈夫です。

子供達はチーズが好きで良く食べていました。ボリュームがあり、おなか一杯になりました。

