

ひじきとキャベツのサラダ

材料 (大人2~3人分くらい)

- 芽ひじき… (10g)
- ウィンナー… (1本程度)
- たまねぎ… (50g)
- キャベツ… (100g)
- コーン… (40g)
- マヨネーズ… (大さじ2)

作り方

- ① 玉ねぎは半分スライス、キャベツはざく切り、ウィンナーは輪切りにする。芽ひじきは水でもどしておく。
- ② 野菜と芽ひじきは各種茹でて、水けを良く絞る。ウィンナーはフライパンで炒める。
- ③ 全ての材料をボウルに入れ、マヨネーズで和えたらできあがり。

