

ポテトサラダ

給食では野菜を生では使いません。ポテトサラダには、キャベツを使います。子どもに人気のサラダです。



| 材 料 | 分量4人分 g |
|--------|---------|
| じゃがいも | 200 |
| チキンハム | 80 |
| キャベツ | 40 |
| にんじん | 40 |
| 塩、こしょう | 少々 |
| マヨネーズ | 40 |

作り方

1. じゃがいもは、皮をむいて一口大に切りゆでる。水気を切り、熱いうちにつぶす。
にんじんは皮をむいて細切りにする。
キャベツは短冊切りにする。それぞれゆでる。
チキンハムは、炒めるか蒸すかして加熱する。
2. 材料がさめたら、あわせて、マヨネーズ、塩、こしょうで味をととのえる。