

サラダ(ディップ)

## 野菜のピリ辛ディップ



調理時間 10分

エネルギー 260 kcal

塩分 2.9 g

※エネルギー・塩分は1人分です

### 材料 (2人分)

- ・きゅうり 1/3本
- ・大根 50g
- ・にんじん 1/3本
- ・じゃがいも 2個
- ・A みそ 大さじ2
- ・A 「Cook Do」 熟成豆板醤 小さじ1/2
- ・B 「ピュアセレクト マヨネーズ」 大さじ2
- ・B 「Cook Do」 熟成豆板醤 小さじ1/2

### 作り方

- (1) きゅうり、大根、にんじんは6cm長さのスティック状に切る。じゃがいもはゆでて、ひと口大に切る。
- (2) A、Bをそれぞれ混ぜてディップを作り、(1)の野菜に添える。

**ポイント** 「熟成豆板醤」の量はお好みで調整してください。