

マヨネーズ&ドレッシング アイデアレシピ発表!

Photo/Satoru Miyakoshi Illustration/Rumi Kainuma
Text&Styling/Emiko Ichioka 協賛/全国マヨネーズ協会

今回はマヨネーズ&ドレッシングをテーマにしたレシピコンテストの発表です!
みんなのアイデアレシピに全国マヨネーズ協会の人からコメントが書いています。
今回掲載された人には、プレゼントが贈られます!楽しみにしてください!



たままヨッパ

材料
市販のクレープの皮
5枚、卵2個、マヨネ
ーズ大さじ5、塩・こ
しょう適量、レタ
ス・ハム各5枚

作り方
①たままヨを作る。固めのゆで卵を作り、フォーク
などで細かく刻んで、マヨネーズを入れ、塩・こし
ょうで味をととのえて混ぜる。
②クレープにレタス・半分に切ったハム・たままヨ
をのせ、イラストのように包む。



コメント
クレープにたままヨをのせてしまう
発想の豊かさに脱帽です。



クレープに
具をのせて巻く!!

*ここではハムにしたけれど、岩橋文さんのレシピでは鮭のフレークをのせてたよ。どっちもおいしいから両方作っちゃおう!

とろふサラダ



材料 レタス、木綿豆腐、ミニトマト、きゅうり、マ
ッシュルーム・くるみ各適量、ドレッシング

作り方
①レタスはちぎって、豆腐は水切りして1.5cmくらい
の角切り、きゅうり・マッシュルームは薄切りにして、
お皿に盛りつける。
②くるみを砕いたものを上に乗せて、最後にドレッシン
グをかける。

*ここではごまドレッシングをかけたけれど、シンプ
ルなドレッシングを手作りするのもカンタンだよ。
サラダ油大さじ2、酢大さじ2、塩小さじ1/3、コショ
ウ・マスタード少々、
すべての材料をボウルに入れて、
よく混ぜるだけ!



コメント
ヘルシーな素材とドレッシングの組
み合わせが絶妙です。