

# Salade au potiron

## かぼちゃのサラダ



(株)オリーブドリュック  
Luc DOUMENGE

すべて4人分 かぼちゃ 400g	Salade au potiron et thon <b>かぼちゃとツナのサラダ</b>	Salade au potiron Moutarde Grains au Vinaigre de Cidre <b>かぼちゃの粒マスタードサラダ</b>	German salade au potiron <b>かぼちゃのジャーマンサラダ</b>
かぼちゃのレンジ 温め時間 600w	4分	3分	2分
他の具材	ツナ1缶 玉ねぎ 60g ブラックオリーブ 種抜き スライス 	玉ねぎ 60g	ソーセージ2、3本 ピーマン、ズッキーニ、 アスパラガス、いんげん、 ブロッコリ、カリフラワー などお好きな野菜 適宜
炒める	×	×	○
混ぜるもの	マヨネーズ 15g にんにくペースト 5g 粒マスタード 5g		

