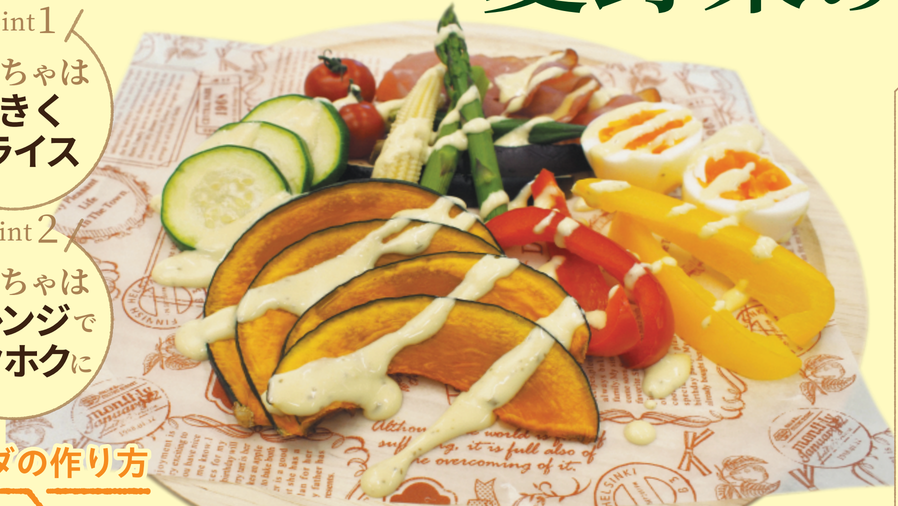
神奈川県 KANAGAWA

旬の野菜のおすすめサラダ

kewpie

ふれあい 味わい かながわブランド

神奈川県産のこだわりかぼちゃと夏野菜のペイザンヌサラダ



Point1 かぼちゃは**大きくスライス**

Point2 かぼちゃは軽く**レンジ**で**ホクホク**に

サラダの作り方

スライスしたこだわりかぼちゃをレンジで加熱する。レシピの夏野菜などと一緒にトースターで10分焼き、他の食材とあわせてお皿に盛りつけ、ドレッシングをかける。

Point

- このレシピなら、かぼちゃも簡単に"ホクホク"になります。
- カラフルな夏野菜と卵を彩りよく盛りつければ、栄養バランスもUPします！
- 1日あたりの野菜摂取目標量(350g以上)の1/2が摂取できます！

ホクホク感と甘みが特徴！

こだわりかぼちゃ

通常35日で収穫するかぼちゃをさらに10～15日かけて熟成します。甘みとホクホク感が特徴です。

いろいろな県産野菜でアレンジ自由！

#KANAGAWAペイザンヌサラダ

1.

神奈川県の野菜と卵を使う

2.

素材は大きめにザク切りに

3.

素材ごとに盛り付ける

ペイザンヌとは？ キユーピー　ペイザンヌサラダ 検索

野菜はどうして大切なの？

未病改善ヒーローミビョーマン

#KANAGAWAペイザンヌサラダで投稿しよう

#栄養バランス #FASHION #CASUAL #地産地消

レシピはコチラ