

レシピ：料理研究家 海野としえ

# 那珂パパイヤのサラダ

## 材料(2人分)

キャベツ……	50g	かいわれ大根…	適量
キュウリ…	1/2本	Aドレッシング	
パパイヤ…	80g	オリーブオイル…	大1
ミニトマト……	4個	塩……………	適量

## 【作り方】

- ①キャベツ・キュウリ・パパイヤを千切りにする
- ②①をかいわれ大根と合わせる。
- ③②を器に盛り、半分に切ったミニトマトを飾る。
- ④Aをあわせて、かける。

※青パパイヤの力を簡単に取り入れられるメニューです。ドレッシングは好きなものでOKです。

