

万能ドレッシング



●材料 〈作りやすい分量〉

玉ねぎ…………… 2個
 砂糖……………大さじ3
 塩…………… 小さじ2
 酢・こめ油……各150ml
 みりん・酒・しょうゆ 各100ml

●作り方

- 1 玉ねぎは薄くスライスする。
- 2 調味料すべてを合わせる。
- 3 1と2を合わせ、冷蔵庫で一晩寝かせる。



ひとくちメモ!

野菜のドレッシングはもろろん!冷ややっこや冷やトマトにも。豚肉や鶏肉を漬け、一緒に焼くなど万能です。メタボ予防にも、とても役立っています。