

# 大根と揚げそばのパリパリサラダ

レシピ提供/千本桜 丸山 実



## 材料

うえだみどり大根/山口大根/赤大根/セロリ/  
レタス/トマト/パプリカ/カイワレ大根/ハム・  
チーズなど/揚げそば  
(ドレッシング)  
オリーブオイル/塩/玉ねぎ/コショウ/ニンニク/  
りんご酢/白ゴマ/醤油

## 作り方

- 1.うえだみどり大根、山口大根は皮をむき千切りにする。流水で洗い、氷水にさらす。  
(辛味が欲しい場合は皮をむかずに千切りにする)
- 2.赤大根は皮をむかずに千切りにする。流水で洗い、氷水にさらす。  
(赤大根は皮をむかない。皮が薄いのと彩りが美しいため)
- 3.セロリは筋を取り千切りにする。流水で洗い、氷水にさらす。
- 4.生そばは油で素揚げにする。揚げ過ぎや高温でそばが苦くならないように気を付け、揚げ塩を振る。
- 5.大根3種類、セロリは混ぜ合わせず、別々に盛り合わせたほうが味の違いが楽しめる。
- 6.揚げそばをさらに飾り、残りの材料を切り、盛り込む。
- 7.ハム・チーズなど好みの大きさに切り盛りつける。

## ドレッシング

玉ねぎ、ニンニクはすり下ろし、塩・コショウ・砂糖・りんご酢を混ぜる。  
オリーブオイル：りんご酢=2：1、白ゴマ、醤油を入れても良い。