

たくあん入りコールスロー



【材 料（4人分）】

- ・キャベツ 270g
- ・人参 40g
- ・たくあん 70g
- ・シーチキン 100g
- ・パセリ（みじん切り） 大さじ1
- ・塩 少々
- ・マヨネーズ 大さじ5
- ・酢 大さじ1と1/3
- ・砂糖 大さじ1と1/3

【作 り 方】

- ① キャベツ、人参は千切りにし、塩少々で軽くもみ10分おく。
- ② たくあんも千切りにしておく。
- ③ シーチキンは油を切る。
- ④ ①を水でさらしてキッチンペーパーで水気を取る。
- ⑤ 調味料を混ぜ合わせ②③④とパセリをあえる。

◎レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 四葉会