

# アスパラガスのたらこ和え



## 材 料(4人分)

- ・アスパラガス・・・・・・・・・・1束
- ・塩・・・・・・・・・・少々

## たらこソース

- ・たらこ・・・・・・・・・・1腹
- ・マヨネーズ・・・・・・・・・・大さじ4
- ・レモン汁・・・・・・・・・・少々

## 作り方

- ①アスパラガスを塩ゆでしてななめ切りにする。
- ②たらこソースの材料をすべて混ぜる。
- ③ボウルに①と②を入れてまぜ合わせる。

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 サンサングループ