

《副菜》焼肉サラダ

スタミナ満点のサラダ、さっぱり食べられます。

▶材料（4人分）

牛肉	100g
しょうゆ	小さじ1と1/2
おろしにんにく	小さじ1/2
油（炒め用）	適量
大根	150g
人参	40g
きゅうり	40g
油	大さじ1
しょうゆ	大さじ2/3
酢	大さじ2/3

▶作り方

- ① 牛肉にしょうゆ、おろしにんにくで下味をつけておく。
- ② 大根、人参は太めの千切り、きゅうりは輪切りにして茹で、水気を切っておく。
- ③ 牛肉を炒める。
- ④ 調味料を合わせてドレッシングを作る。
- ⑤ ②と③を冷ましてから合わせて、④で和える。