

Broccoli & Cherry Tomato Salad ブロッコリとミニトマトのサラダ



Enjoy! Jackie Allen's recipe.

Ingredients 【材料】

- ブロッコリ 1株 (生でも冷凍でも可)
- ミニトマト 10~15個
- 赤又は白の玉ねぎ 小1個 きざんでおく

<ドレッシング>

- にんにく・・・2かけ、みじん切り
- アンチョビ・・・4枚、みじん切り (これはお好みでどうぞ。だけど入れると風味と塩味がプラスされてでドレッシングがおいしくなるわ)
- EV オリーブオイル・・・60cc (もう少し必要になるかもしれません)
- デュジョン・マスタード・・・大さじ1
- 赤ワイン・ビネガー・・・60cc
- 塩・・・小さじ1/4
- ブラック・ペパー・・・小さじ1/4
- イタリアン・パセリ (みじん切り)・・・生の場合はカップで60ccラインまで、ドライの場合は大さじ1
- お好みでパルメザンチーズをおろしたもの 適量



Directions: 【作り方】

1. ブロッコリは洗って、一口大にカットしておく。
2. やわらかくなるまで茹でる。茹でた後は冷蔵庫で冷やしておく。
3. 小さめのボールでドレッシングの材料を全てあわせて泡だて器でよく混ぜておく。味をチェックして必要であればお好みに応じて味を調整してくださいね。
3. 大きめのボールにトマト、たまねぎ、冷えたブロッコリを入れて混ぜておきます。
4. 上からドレッシングを全体にいきわたるように少しずつかけます。最後にお好みでチーズをふりかけてどうぞ♪



© 2009. Allen International Inc. All Rights Reserved.

夢を現実に アレン・インターナショナル
<http://www.jackieallen.jp>
レシピの無断複製及び商用利用はご遠慮下さい。