

# ほうれんそうと豚肉の冷しゃぶサラダ



## \*材料 2人分

ほうれんそう…100g

豚薄切り肉 …50g

ミニトマト …1個

ポン酢 …適量

## \*作り方

①ほうれんそうは、茹でて  
水にさらし、アクを抜く  
水気を絞り、2~3cmに刻む

②豚肉も茹でて冷水にさらし、  
細切りにする

③お皿に、ほうれんそうと  
豚肉を乗せ、1/4に切った  
ミニトマトを添える

④ポン酢をかける



冬は、温しゃぶで食べてもウマイ!!