



トマトとアボカドのハニーマスタードサラダ

材料

2人分

- カゴメ高リコピントマト-----1個 (約90g)
- アボカド-----1個 (約140g)
- カゴメ「トマトアボカドのハニーマスタード」--1袋
- リーフサラダベース-----1袋 (約25g)



作り方

- ①トマトはヘタを取って洗い、一口大に切る。
アボカドは皮と種を取って2~3cmの角切りにする。
- ②ボウルにトマトとアボカド、「ハニーマスタード和え用」ソースを合わせ入れまんべんなく混ぜ合わせる。リーフサラダベースと共に器に盛り付ける。

ポイント

* はちみつにマスタードを加えたまろやかな味わいのサラダです。



調理時間
約3分

エネルギー
130kcal

塩分
0.6g

※エネルギー・塩分量は1人分です