

納豆とシラスのさっぱりサラダそうめん



1人分

そうめん 1把 (50g)
納豆 1パック
ツナ 1/2缶
しらす 15g
大葉 1枚
新たまねぎ 1/8個
ハウス冷しゃぶドレッシング レモンおろし醤油 適量

- 1) そうめんはゆでて冷水で洗う。
- 2) 納豆にドレッシングを少し混ぜておく。
- 3) 新たまねぎは薄くスライスし水にさらす。大葉は千切りしておく。
- 4) 茹でたそうめんを皿にもり、新たまねぎ、しらすを散らし、納豆、ツナ、大葉を乗せる。
- 5) ドレッシングをかけてよく混ぜて召し上がれ