|  |  |
| --- | --- |
| 所属団体氏名 | 幌加内そばスクール蕎雪庵　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　**(**　　安　田　み　ゆ　き　　　　） |
| 料理名 | 揚げそばサラダ | C:\Users\noel\Downloads\2025安田みゆき.jpg |
| 例会食の作り方 | 材料名 | 分量 |
| ゆでそばレタスカラートマトスプラウト揚げ油ドレッシング | １５０ｇ適量２,３個適量適量適量 |
| 作り方 |
| 茹でそばを油で揚げるレタスを器に盛りその上に揚げたそばをおく揚げたそばの上に残りの野菜を彩りよく盛り付けるドレッシングはお好みの物をかけていただく(ドレッシングをかけて少し置くと揚げ蕎麦が馴染んで食べやすい) |
| 備考 |  |