キウイフルーツ

栄養学科の学生が
考えました！



【キウイとほたてのカルパッチョ】

所要時間
10 MIN

[材料(2人分)]

キウイ(緑)……1個
ボイルほたて(貝柱)…4個
ミニトマト……2個

〈ソース〉
A
- レモン果汁……10g
- オリーブオイル…10g
- 粒マスタード……3.0g
- 塩・こしょう……少々

[作り方]

1.キウイ…みじん切り
　ミニトマト…くし切り（3等分）
　ボイルほたて…横半分に切る。
2.ボウルにAを混ぜ合わせてる
3.お皿に、ほたて、キウイ、トマトを並べて、2をかける。