

たか森
カフェより
お届け!!

旬 曾於市の を食べる

第61食目 彩り鮮やかイタリアンサラダそば



学校農園で育てた新鮮な野菜を使ったランチメニューや、各種ケーキ、オーガニックコーヒーも大好評! 毎週金曜日は大隅大川原駅にキッチンカーが出勤します。詳しくはホームページをご覧ください。

材料（2人分）

中谷そば(ゆで麺) … 360 g

【トッピング】

アボカド … 50 g
カニカマ … 40 g
パプリカ … 16 g
トマト … 50 g
レタス … 20 g
フライドオニオン … 適量

【ソース】

白だし … 大さじ 1
レモン汁 … 大さじ 1
オリーブオイル … 大さじ 2
粗挽きニンニク塩 … 小さじ 1
胡椒 … 小さじ 1
砂糖 … 小さじ 1/2

つくり方

- ① 【トッピング】の材料を全て食べやすい大きさにカットする。
カニカマは手でほぐす。
- ② 【ソース】の材料を全て混ぜ合わせる。
- ③ そばに【トッピング】の材料を彩りよく盛り付ける。
- ④ フライドオニオンを振りかけ②のソースをかけて完成。

学校農園で育てた新鮮な野菜を使ったランチメニューや、各種ケーキ、オーガニックコーヒーも大好評! 毎週金曜日は大隅大川原駅にキッチンカーが出勤します。詳しくはホームページをご覧ください。



たか森カフェ 午前11時～午後4時営業 営業日:土・日・月・祝日 財部町北俣5410-1 ☎0986-28-6120

※ホームページをご確認ください。