



スピードドームブロッコリーのクリーミードレッシング



材料: 4人分

スピードドームブロッコリー 1/3個 (正味100g)

生クリーム 100cc

カスピ海ヨーグルト 大2

マヨネーズ 大1

塩 少々

コショウ 少々

サラダ具材 [スピードドームブロッコリー 2/3個

クリームチーズ 4個 (18g x 4個)

卵 3個]



1. ブロッコリーを適当な大きさにカットして、約4分茹でる。



2. ミキサーに1を100gと生クリーム、ヨーグルト、マヨネーズを入れて、塩とコショウを少々ふる。



3. ミキサーにかけたらドレッシングのできあがり。
4. 残りのブロッコリーにゆで卵とクリームチーズを添えて、3をかけたサラダのできあがり。