

# スーパーフードのレインボーサラダ

ワイルドブルーベリーとバルサミコ酢ドレッシングがけ

4〜6人前

## ワイルドブルーベリードレッシング

エキストラバージンオリーブオイル 45ml

バルサミコ酢 15ml

ドライワイルドブルーベリー 50g  
(沸騰したお湯に20分ほど浸し、水を切る)

フェタチーズ 200g (小さく切る)

タイム 1本

## サラダ

リンゴ 1個(スライスにする)

セロリスティック 2本(スライスにする)

オレンジ 1個  
(皮をむきスライスにし、4分割する)

ザクロ 1個 (種をとる)

クルミ 60g



## 作り方

ワイルドブルーベリードレッシング:

オリーブオイルとバルサミコ酢を混ぜ、ワイルドブルーベリーを加える(軽くしぼり、汁を切っておく)。フェタチーズとタイムを少量加え、置いておく。

リンゴ、セロリ、オレンジ、ザクロをボウルに入れ、トーストしたクルミを加える。

フェタチーズとドレッシングをいれ、混ぜ合わせる。温かいトーストと一緒に出す。

