



シャキシャキ野菜がたっぷりのボリュームサラダラップ
ラップトルティーヤ

対応製品名 : ベジタブル スパイラルスライサー
使用部品 : アンゲルチューブ、
 カッティングコーン (ローズ、グリーン)
調理時間 : 15分

材料 (4本分)

にんじん	3/4本 (正味80g)
きゅうり	1本 (正味100g)
紫キャベツ	1/8個 (正味80g)
アボカド	1/2個 (皮をむき種を取り縦4等分に切る)
サニーレタス	8枚
トルティーヤ	4枚

A

マヨネーズ	30g
おろしにんにく	5g
粒マスタード	7g
黒こしょう	小さじ1/2

作り方

下準備 (製品で切る野菜)

- ・ にんじんは皮をむく。
- ・ にんじん、きゅうり、紫キャベツはアンゲルチューブに入る大きさに切り、両端を平らに切っておく。

1. ボウルにAを入れて混ぜ、ソースを作る。
2. [野菜を切る] にんじん、きゅうりはアンゲルチューブとローズのカッティングコーンで細切りに、紫キャベツはアンゲルチューブとグリーンのカッティングコーンで薄切りにする。
3. ラップの上にトルティーヤをおき、サニーレタス、アボカド、1、2を重ねてしっかり巻く。