

かぼちゃサラダ



【材料】	【2人分】	【準備】
かぼちゃ	100g	・・・種とわたをとり、食べやすい大きさに切る
たまねぎ	小1/2個	・・・薄く切る
マヨネーズ	小さじ2	
塩、こしょう	少々	

【作り方】

- ① かぼちゃとたまねぎを耐熱皿に入れ、やわらかくなるまでレンジで加熱する。
- ② ①をマヨネーズ、塩、こしょうで調味をする。