献立名 タコポテサラダじゃこ~!!!

材料	分量		 +πu+	佐口士
	1人分(g)	4人分	切り方	作り方
じゃがいも	25	中1個	さいの目	① 材料を切る。じゃがいもは水にさらす。
タコ	10	40g	スライス	② ちりめんじゃこをフライパンで炒る。
広島菜漬け	5	20g	2cm幅	③ じゃがいも、にんじん、タコをゆでて冷ます。
にんじん	5	中1/8本	いちょう切り	④ すべての材料を和える。
ちりめんじゃこ	2	10g		
はっさく(果肉)(缶)	10	40g		
塩	調整	少々		
こしょう	0.01	少々		
マヨネーズ	8	大さじ2		