

(冬3) キャベツとりんごのコールスロー

【材料】 (2人分)

キャベツ 1/2個  
玉ねぎ 1/8個  
りんご(小) 1/2個  
塩 適宜  
コショウ 少々  
レモン汁 大さじ1  
粒マスタード 小さじ2  
オリーブ油 小さじ2

【作り方】

- 1.キャベツは5ミリ幅のせん切りにしてボウルに入れ、水にさらす。玉ねぎは薄くスライスする。
- 2.キャベツが入ったボウルの水を捨て、玉ねぎ、塩小さじ1/2を加えて混ぜ合わせる。しばらくおいてキャベツがしんなりしてきたら、両手で挟んでぎゅっと水気を絞る。
- 3.ボウルにレモン汁、粒マスタード、オリーブ油と2、すりおろしりんごを入れて混ぜ合わせ、塩、こしょう各少々で味を調える。

【アレンジ】

白菜、梨でも。