



Insalata cetrioli con menta

きゅうりとミントのサラダ



【材料】 2~3 名分

きゅうり	2 本
アサクラ EVO	大さじ 1 弱
コンチェントラートデルマーレ (アサクラお勧めお塩)	少々
ミント	適宜

【作り方】

- 1) きゅうりはよく洗って冷やしておく
- 2) 縦に 3 筋、ピーラーで皮をむく (皮は 2 cm 位に切る)
- 3) ボールにきゅうり、皮を入れてアサクラ EVO を回しがけする
- 4) 全体によく和えたらコンチェント少々、ミントの葉をちぎって入れさらに混ぜる
- 5) 冷やして置いた皿または鉢に入れて盛り付け上からもミントの葉あしらう

※EVO を入れた後に酢やガラムなどを少々たらしてもおいしい
暑い日こそそのレシピ。基本 EVO とコンチェントだけで十分おいしい