

～paprikaとタコのカルパッチョ～



-材料 (2人分) -

パプリカ (赤・黄)	各1/2個	
茹でタコ	150g	
パセリ	適量	
A {	酢	小さじ2
	塩	適量
	こしょう	適量
	オリーブオイル	大さじ1.5

-作り方-

- 1) 茹でタコは削ぎ切りにしてお皿に並べる。
- 2) パプリカはタネとワタを取って、みじん切りに切る。
- 3) 2とAをよく混ぜ合わせ、1にかける。
- 4) パセリのみじん切りを散らす。

POINT!

- ※ タコに味を付けていないので、塩は少し強めでもOKです。
タコの代わりに白身魚でも美味しく出来ます。

～Swan dream group～

株式会社 スワンドリーム

株式会社 I LOVE ファーム登米

リッチフィールド栗原 株式会社



TEL 0228-59-2280