

料理名 かぼちゃのサラダ

材料と分量 (2人分)

かぼちゃ	1/8 個(200g)
生クリーム	12.5cc
フレンチドレッシング	適宜
マヨネーズ	適宜
生クリーム	12.5cc
バター	少々
フレンチドレッシング	適宜



作り方

1. かぼちゃはスプーンで種とワタをくり抜き、2cm 角に切る。
レンジで加熱するか蒸し器で蒸し、熱いうちにマッシュして2つに分ける。
半分のかぼちゃは熱いうちにバターを混ぜる。
2. レーズンはお湯に5分ほどつけ、水けを絞る。
3. 1 のかぼちゃが冷めたら、バターを混ぜたほうに生クリーム、フレンチドレッシング、レーズンの半量を混ぜる。
もう一方に生クリーム、フレンチドレッシング、マヨネーズ、レーズンの半量を混ぜる。

料理名 かぼちゃのサラダ

材料と分量（6人分）

かぼちゃ	1/2個(800g)
生クリーム	50cc
フレンチドレッシング	適宜
マヨネーズ	適宜
生クリーム	50cc
バター	少々
フレンチドレッシング	適宜



作り方

1. かぼちゃはスプーンで種とワタをくり抜き、2cm角に切る。
レンジで加熱するか蒸し器で蒸し、熱いうちにマッシュして2つに分ける。
半分のかぼちゃは熱いうちにバターを混ぜる。
2. レーズンはお湯に5分ほどつけ、水けを絞る。
3. 1のかぼちゃが冷めたら、バターを混ぜたほうに生クリーム、フレンチドレッシング、レーズンの半量を混ぜる。
もう一方に生クリーム、フレンチドレッシング、マヨネーズ、レーズンの半量を混ぜる。