

新鮮でおいしい！地域の牛乳を、どうぞ

お家でカンタン 時短ミルクレシピ

焼きキャベツのチーズサラダ



材料(2人分)

キャベツ	1/4コ
サラダ油	適量
粉チーズ	大さじ1
マヨネーズ	大さじ1・1/2
酢	小さじ2
牛乳	小さじ1
おろしにんにく	小さじ1/5
砂糖・塩	各少々

コクのあるソースが決め手

1. キャベツは縦半分に切り、サラダ油をひいたフライパンに入れ、ふたをして両面を3~4分間ずつ焼く。
2. 粉チーズ、マヨネーズ、酢、牛乳、おろしにんにく、砂糖・塩をよく混ぜ、1にかける。

Jミルク「ミルクレシピ」より
<http://www.j-milk.jp/>