

## タイの牛肉サラダ

担当：大塚クンティダー（タイ）

### ★ 材料

- ・ 牛肉 300gくらい(4人分)
- ・ たまねぎ(1～1個半)
- ・ トマト、セロリ、万能ねぎ

### 【調味料】

A: レモン汁 ナンプラー トムヤンクンのスープ タイしょうゆ  
味の素 砂糖

B: 唐辛子 にんにく バクチャー



### ★ 作り方

- ① 牛肉は焼いて細く切る。
- ② たまねぎは薄く切って15～20分水にさらした後、湯通してまた水にさらす。
- ③ トマトはくし切り、セロリはせん切り、万能ねぎは細かく小口切りにする。
- ④ 1, 2, 3をボールにいれ、Aを加えて味付けする。
- ⑤ 好みで、Bをみじん切にしたものをかける。

※トムヤンクンのスープは、トムヤンクンのスープの素をグリルで弱火で焼いて少量のお湯でといておく。