

● B. 梅ディップ お店に負けないリッチな味！

材料 [2～3人分] エネルギー：全量で 109kcal

梅干し … 1個

さらし玉ねぎみじん切り … 大さじ1 (10g)

マヨネーズ … 大さじ1 (12g)

はちみつ … 小さじ1

こしょう … 少々

使用例

- ・スティック野菜、温野菜のソースとして
- ・肉や魚のフライに、タルタルソースのかわりに
- ・じゃがいもに混ぜて、ポテトサラダに
- ・クラッカーにのせてワインの肴や前菜風に

