

## 材料（1人分）



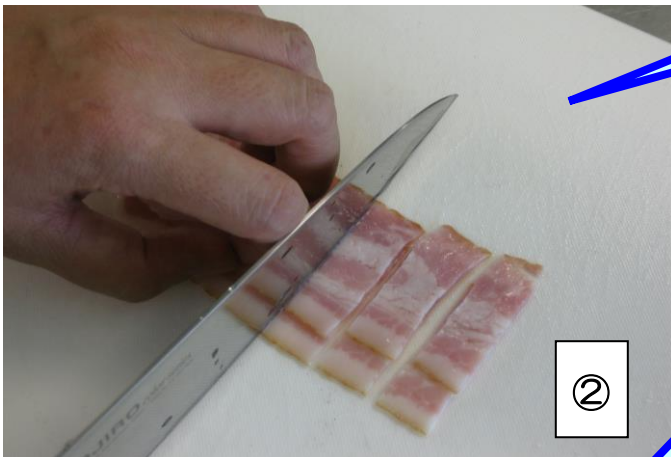
# カリカリ ベーコンサラダ

カルシウム・鉄分が豊富な  
ほうれん草をサラダで。

サラダほうれん草	40g
ベーコン	15g
ドレッシング	適量



サラダほうれん草は、水洗いし、ざく切りにする。



ベーコンは1cm幅に切る。



# できあがり!



お好みのドレッシングをかけて食べる。