



【材料】（4人分）

ほうれん草	1束	
ウィンナー	4本	
A	粒マスタード	小さじ2
	トマトケチャップ	大さじ1
	中濃ソース	大さじ2/3
	オリーブオイル	大さじ1
塩	適量	

【作り方】

- ①熱湯でウィンナーをさっと茹で、小口切りにする。ほうれん草は鍋に塩少々を入れ、さっと茹で、しっかり絞り3cmに切る。
- ②ボウルにAを入れて混ぜ、①と和えて器に盛る。