

# 旬の野菜をおいしく食べよう！

ぜひ！生で食べましょう。

## 新玉葱



を食べよう。

玉葱の栽培の歴史は古く、日本には明治時代以降に本格的に栽培されるようになりました。本来、新玉葱は4月、5月に出回るものを言っていました。最近では1月末頃からでも出回るようになりました。

新玉葱は皮が柔らかく、水分が多く、甘みがあり、生のまま食べるのが一番おいしいです。新玉葱は水分が多い分、とても痛みやすいので早めに使いきるか、ネットに入れて吊るしたり、新聞紙にくるんで冷蔵庫に入れて保管しましょう。



材料 (2人分)

### 新玉葱と鮭のサラダ



スタイリスト/小管聖子

新玉葱	2個
鮭缶詰	1缶
・ドレッシング	
ポン酢しょうゆ	大きじ4
オリーブオイル	大きじ2

#### 作り方

- 1.新玉葱は薄切りにし、サッと水にさらし、水気をよくきる。
- 2.ボウルにポン酢しょうゆ、オリーブオイルを入れて混ぜ合わせる。
- 3.器に新玉葱、鮭を盛りつけ、ドレッシングをかける。