

千島沙拉



做法

1. 洋蔥去皮，橫切拉成一圈環狀，浸於冰開水內，片刻後撈起瀝乾備用。
2. 小黃瓜洗淨切斜片，蕃茄洗淨橫切圓片，萵苣葉洗淨撕成小片狀。
3. 取一深盤先放萵苣，再放蕃茄及小黃瓜，最上面放洋蔥環，淋上千島醬即可。



材料

洋蔥	1/2 粒
蕃茄	1 個
小黃瓜	1/2 條
萵苣葉	200 公克

調味料

千島醬	6 湯匙
-----	------