

スーパーフードでつくる、
シーザードレッシング

Recipe



Prep time

3 mins

Total time

5mins

Author : yuca Serves : 1cup

Ingredients

- ・塩麹 大さじ1強
- ・みかんジュース 80cc
- ・ヘンプシード 大さじ5
- ・グリーンナッツオイル 大さじ3
- ・レモン汁 大さじ1強
- ・黒コショウ 少々

Directions

- 1、 上の材料をすべてミキサーもしくはブレンダーにかける。
- 2、 お好みの野菜の上にかける。



Notes

乳化されて白濁したドレッシングに。お好みで食べる直前にディルやイタリアンパセリを加えても。