

みんな大好き、サラダの定番！

●「ポテトサラダ」について聞きました。●●●●●●●●●●

今回は「ポテトサラダ」をテーマに、Salad Cafeユーザーの皆様に聞きました。

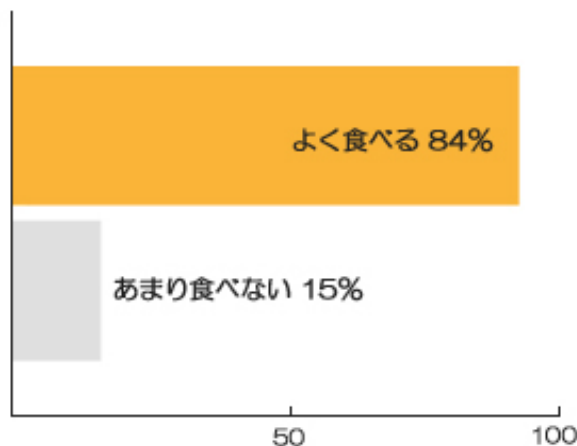
「ポテトサラダはどんなシーンでよく食べますか？」という質問に対して圧倒的に多かったのは「自宅で手作りする」という答えでした。大人から子どもまで大人気で、作り方も簡単、今やサラダの代名詞的存在となっています。サラダや野菜は苦手という人でもポテトサラダなら抵抗なく食べられるという声も多いのでは。

お総菜売り場ではもちろん、家庭料理としても定番になり、中に入れる具材や味つけも家庭ごとに様々です。単品だと食べづらい野菜を合わせて栄養価を高めてみたり、お肉やお魚などのタンパク質を加えて、ボリュームアップしてみたり、アレンジがしやすく優しい口あたりのポテトサラダは家族の健康を思いやるために絶好のレシピかもしれませぬ。

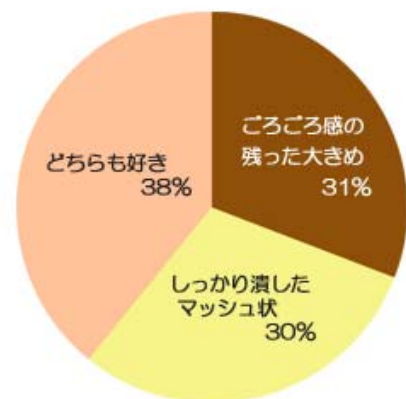
●●アンケート結果●●

アンケート期間：2009年2月4日から2009年3月9日 回答数n=7,459

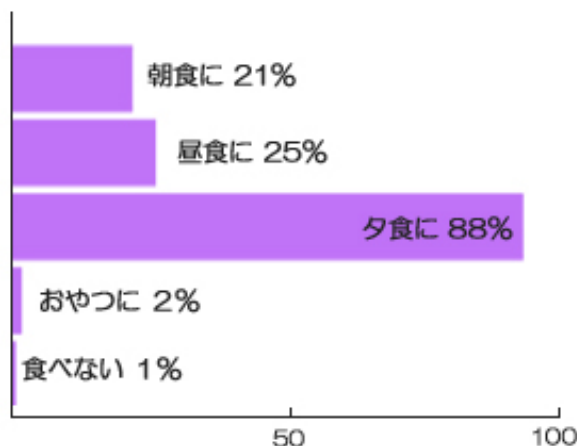
Q1. ポテトサラダは好きですか？



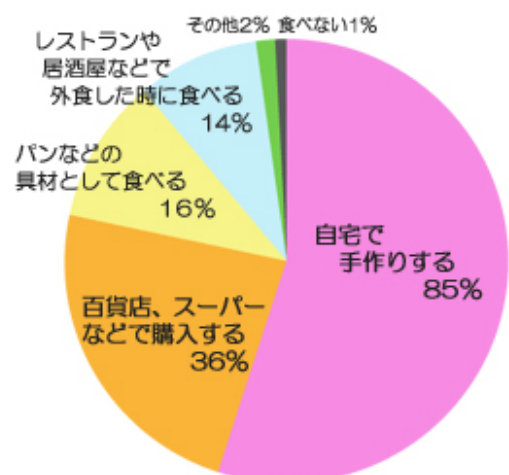
Q2. ポテトサラダのじゃがいもはどんな状態が好みですか？



Q3. ポテトサラダはいつ食べることが多いですか？(複数回答可)

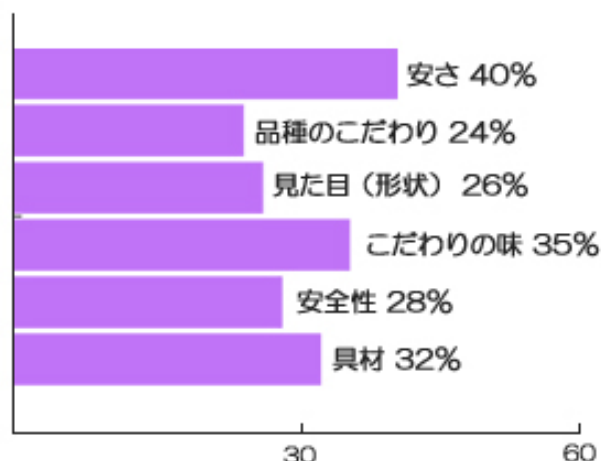


Q4. ポテトサラダはどんなシーンでよく食べますか？(複数回答可)



Q5. ポテトサラダを選ぶポイントは？(複数回答可)

Q6. そのほかあなたの好きな野菜や、よく食べるサラダがありましたら教えてください。(フリー回答)



順位	野菜	人数
1位	大根	607人
2位	トマト	461人
3位	マカロニサラダ	414人
4位	レタス	370人
5位	キャベツ	342人
6位	ブロッコリー	330人
7位	水菜	310人
8位	シーザーサラダ	301人
9位	かぼちゃ	297人
10位	きゅうり	251人

ここに、こだわる!

皆様からお寄せいただいた、「好きな野菜、サラダ」についてご紹介いたします。

・ポテトの変わりにアボカドを使います。アボカドは角切りでマッシュにしません、ミックスビーンズやカニカマと和えると美味しいと好評です。(40代女性)

・オニオンサラダがなぜか大好きです。冷やしたオニオンの上にかつおぶしだけをのせて、後は醤油で食べると最高です。(30代女性)

・かぶの茎がすきなので、ポテトサラダでもマカロニでも温野菜サラダでも、茎を刻んであまり火を通さずに混ぜ込むと、しゃきしゃきしてかみごたえや味のアクセントになります。(30代女性)

・大根、人参を薄くスライスしたものとキャベツの塩もみに塩昆布をまぜてごま、ゆかりをふりかけポン酢で頂くサラダおすすめです。(20代女性)

・かぼちゃが大好きです。カボチャをマヨネーズであえたり、焼いてオリーブオイルと塩で味付けしたホットサラダをよく食べます。(30代女性)

・セロリが大好きです。マヨネーズで食べるのも美味しいけど、わさび酢じょうゆであえていただくのもGOODですよ!(30代女性)

・バジルソースをたっぷり混ぜたポテトサラダ、家族みんなの好物です。(40代男性)

・ほうれん草が大好きです。お浸しよりもドレッシングでツナやわかめや春雨などと食べます。(40代男性)

・よく食べるサラダは、マカロニサラダです。マカロニに、バナナ・フルーツ缶・ヨーグルトを加えたデザート感覚のものもよく作ります。(40代女性)

・母がよく作ってくれたポテトサラダはいもベースにマカロニ・キャベツの千切り・果物なんでも・とまと、ゆで卵などなんか何でも来い!!!って感じのものでした。これ、すきだったな。(40代女性)