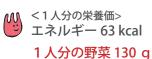




かぶの甘酢和え



材料 【2人分】
かぶ····· 200g
かぶの葉······ 60g
塩昆布······ 5 g
ゆずの皮······ 適量
_一 酢 大さじ3
A 砂糖······· 大さじ1と1/2
塩 小さじ1/4
塩······· 小さじ1/4 - ゆずのしぼり汁····· 小さじ1





作り方

- 1) かぶは皮をむき、3 mmの放射状に切る。塩(分量外)を振り、15分程度置く。しんなりしたら 洗って、よく水気を絞っておく。
- 2) かぶの葉は塩茹で(分量外)し、小口切りにする。
- 3) ゆずは皮を削いで千切りにした後、果汁を絞る。
- 4) Aを合わせ、塩昆布、ゆずの皮、かぶ、かぶの葉と合わせる。



対象:子どもから ご年配の方まで

Cooking Point

- ・お米がおいしいこの季節にご飯がすすむ、簡単な一品を考えました。
- ・赤唐辛子を加えると、お酒のおつまみにもなります。
- ・ ゆずの皮は削いだ後、白い部分を取り除くと苦みがなくなります。加える量はお好みでどうぞ。