

キャベツの簡単漬け



材 料（4 人 分）

キャベツ	… 200g
ニンジン	… 小1本
キュウリ	… 1本
塩	…素材に対して2～3%
柚子	… 1/4 個

A	{	砂糖	… 小さじ1
		酢	… 大さじ1
		塩昆布	…15g

作 り 方

- 1)キャベツを食べやすい大きさに切る。ニンジンは細切り、キュウリは薄い輪切りにする。
- 2)①を食品用ビニール袋に入れ、①の重さの2～3%の塩を加えてよく揉み込む。(お好みで塩分調整してください。)
- 3)②の空気を抜いて袋の口を縛り、少し置いておく。出てきた水分を捨てる。
- 4)③に柚子を絞り入れ、細かく刻んだ柚子の皮とAを和えてできあがり。



色鮮やかで食感が楽しい一品♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

