

🍴 🍴 だいこん3兄弟



ワンカップ一口ごとに、旨み・酸味・辛味が楽しめて飲み飽きしない。
大根と家にある材料でお手軽に楽しめます。

調理時間：3品で10分

■材料(1人分)

<大根塩昆布和え>

大根(3cm)、塩昆布(適量)、ごま油(小さじ1)、薄口醤油(小さじ1/2)

<大根梅干和え>

大根(3cm)、大葉(2枚)、梅干(適量)

<大根明太子和え>

大根(3cm)、明太子(半腹)、マヨネーズ(大さじ1)

作り方

<大根塩昆布和え>

- ① 大根の皮をむき、いちょう切りにする。
- ② ①と塩昆布、ごま油、薄口醤油を和える。

<大根梅干和え>

- ① 大根の皮をむき、短冊切りにする。
- ② 大葉をせん切りにし、梅干の果肉部分を包丁でたたいたものと和える。
- ③ ①を器に盛り②を上につける。

<大根明太子和え>

- ① 大根の皮をむき、せん切りにする。
- ② 大根に塩少々をして少し置き、水で洗って絞る。
- ③ 明太子をほぐし、マヨネーズと合せる。
- ④ ③に②を加え和える。