

カブの甘酢漬

< 材 料 > (2人分)

○ 材料 ○

★ カブ	2個		
★ 塩	小さじ半分	★ 酢	大さじ3~4
★ はちみつ	大さじ半分~1	★ 醤油	少々
★ 唐辛子	1本		

< つく り 方 >

① 漬け汁をつくる。

ボールに 酢と塩を入れて よく混ぜ、塩が溶けたら、はちみつを入れて、溶かす。
醤油を入れて、混ぜる。
種を抜いた唐辛子を 加えて、軽くつぶすようにして、かきまぜる。

② カブは、葉・アタマ・お尻を落として 皮をむき、1センチ角程度に 切る。 味が よくしみるように、切り口の表面に、格子状に 軽く切り込みを入れる。

③ 軽く塩をして、少し水が出て しんなりしたら、漬け汁の中に入れて、冷蔵庫で 寝かせる。 途中、上下を 数回 返して、全体に よく 味を しみこませる。

オードリー先生の
ワンポイントアドバイス!

塩をするのは、味付けというよりも、
味をしみこませやすくするため。
時間に余裕があるときは、ひと晩 寝かせると、
さらに 美味しくなります。

