

かぶの和風サラダ

♪ キッチン用 ♪

<材料 & 下ごしらえ> (2人分)

○ 主材料 & 調味料 ○

★ かぶ 2個 ★ 塩 適量

● その1・ゆずバージョン ●

★ ゆずのしぼり汁 (ゆず果汁) 大さじ2 ★ 醤油 適量

★ 七味 (お好みで) 少々 ★ 煎り胡麻 (お好みで) 適量

● その2・梅干バージョン ●

★ 梅干 2個 ⇒ 種を抜いて 包丁で 細かく叩いておく

★ 醤油 適量 ★ みりん 適量 (目安としては、醤油よりは多め)

<つくり方>

- ① かぶは、アタマとオシリを落として 皮をむき、端から薄切りにする。
大きい場合は、さらに半分に切る。
- ② ボールに かぶ と 塩を 多めに入れ、手で 揉みこむ。
かぶの葉を 大きめに刻んだものを 適量入れ、塩が なじんだら
重しをし、ラップをして、冷蔵庫へ入れておく。(1時間程度)
途中 様子を見て、水が出ているようなら、水を切る。
- ③ 味つけをする。

<その1・ゆずバージョン>

ゆずの絞り汁、醤油を、かぶにかけて 混ぜ合わせる。

お好みで、七味、煎り胡麻をふると 美味しい。

<その2・梅干バージョン>

細かく叩いた梅干、醤油、みりんを あらかじめ よく混ぜ合わせておく。

ここに かぶを入れて、混ぜる。

味をみて、お好みで 調整する。