

～心のあかりの「サバイバルレシピ」～

つけもの

きゅうりの漬物

調理時期



いつでも
OK★

道具

- ビニール袋
- 麺棒

ビニール袋はいろいろな
使い方ができるので、買い置き
しておくると便利ですよ☆

材料

- きゅうり
- みょうが
- 根しょうが
- しょうゆ
- 梅干し
- ねぎ
- かつおぶし
- 塩

作り方

1. ビニール袋の中にきゅうりを入れ、塩をまぶしてなじませ麺棒などでたたいて食べやすい大きさにしておく。
2. そこに梅干しをちぎって入れ、みょうが、ねぎ、根しょうがを細かく切って入れる。
3. かつおぶし、しょうゆをすこしたらしてよくもむ。