

広告

編集・発行／石狩市企画財政部市民の声を聴く課 〒061-3292 北海道石狩市花川北6条1丁目30番地2 Tel.0133-72-3153 Fax.0133-74-5581
 【ホームページ】<http://www.city.ishikari.hokkaido.jp/> 【携帯電話用HP】<http://www.city.ishikari.hokkaido.jp/k/> 【Eメール】PR@city.ishikari.hokkaido.jp

制作／株式会社キューブエージェンシー
 印刷・製本／株式会社アワード

この広報は再生紙を使用しています。印刷のときは、大切に利用し、ごみとして処分してください。



いしかりソムニ にんじんからし漬け



にんじんがたくさんあるときにぜひ作ってみてほしいのがこちら。ニンジンをお好みの大きさに切ってさつと湯通しして、冷凍しておく。「忙しいときにも半解凍の状態であえるだけでできるので、とっても重宝します」とは、石狩手づくり食品の会の村上さん。すぐに食べるより、1日以上漬けて込んでおくともっと美味です。お試しください！

作り方

- ① ニンジンを手切りにして、しんなりするくらい、湯通しする
- ② 干しブドウも軽く湯に漬けて、軟らかくする
- ③ 材料Aをすべて混ぜ合わせたら、①と②を加えて30分程度漬ける

※ニンジンの湯通しはシャリシャリ感を残すためにも軟らかくしすぎないのがポイントです

材料 (4人分)

- ニンジン…………… 300g
- 干しブドウ…………… 50g
- サラダ油…………… 大さじ2
- 酢…………… 大さじ1
- タマネギ(すりおろし) 大さじ2
- 塩…………… 小さじ1/3
- 練りからし…………… 小さじ1/2
- コシユウ…………… 適量

【レシピ協力／石狩手づくり食品の会】