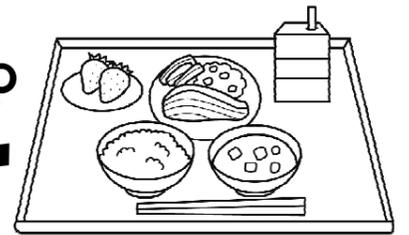


大北小の給食 レシピ



料理名

大根ときゅうりのピリ辛漬け



大根ときゅうりのピリ辛漬け

材料名	分量(4人分g)	切り方等	作り方
だいこん	120	厚めいちょう切り	① 野菜をそれぞれ切る。だいこんときゅうりは厚めに切る。 ② お湯を沸かし、野菜をさっと茹でる。 ③ 流水であら熱をとり、水をよく切る。 ④ たれの材料をすべて混ぜ合わせておく。 ⑤ ③と④をよく混ぜて、1時間ほど冷蔵庫で漬け込む。 ⑥ 味がしみこんだら完成。
きゅうり	120	厚め小口切り	
キャベツ	90	色紙切り	
◎たれ			
ごま油	8	小さじ2	
にんにく	0.6	みじん切り	
しょうが	2.4	みじん切り	
塩	0.6	少々	
しょうゆ	16	大さじ1弱	
豆板醤	0.6	少々	
本みりん	2.4	小さじ1/2	
酢	3	小さじ1/2強	

【ポイント】