

大根の ピーナッツ和え

紹介者 鈴木美江子さん

材料

大根……………1本
ピーナッツ……………150g
砂糖……………大さじ5杯
塩……………小さじ1杯
醤油……………大さじ1杯

作り方

大根は皮をむいて長さ5cm、幅3mmの細切りにし、塩をふつておく。

すり鉢に炒ったピーナッツを入れすりこぎでつぶし細かくする。

に砂糖・塩・しょうゆを入れてよくすりあわせる。

大根は水気をよくきって、の中に入れ混ぜ合わせて完成。

切干大根の炒め物

紹介者 秦きみ子さん

材料

切干大根……………50g
ひき肉……………100g
すりおろし生姜……………大さじ1杯
油……………少々
酒……………少々

作り方

切干大根を洗って、熱湯でざつとゆで、3cm位に切る。

油を引いたフライパンでひき肉、みじん切りにした生しいたけを炒めてから、生姜、水気を切った切干大根を入れ、炒め合わせる。

に酒、醤油、麵つゆ、みりん、砂糖、切干大根のゆで汁を入れて調味する。

下茹でした菜の花を食べやすい大きさに切り、上に飾る。

醤油……………大さじ1杯
麵つゆ……………大さじ2杯
みりん……………大さじ3杯
砂糖……………小さじ2杯
生しいたけ中……………3枚
菜花……………4本
切干大根のゆで汁……………100cc

大根のたまり漬け

紹介者 川上紘子さん

材料

大根……………2kg(約3本)
塩……………70g
砂糖……………600g
醤油1と1/2カップ
酢……………1カップ
こんぶ……………適量
唐辛子……………適量
ゆず……………適量

作り方

大根は切って2時間塩漬けにし、水気を絞る。

合わせ調味料(砂糖、醤油、酢)に漬けて、お好みでこんぶ、唐辛子、ゆずなどを加えて完成。

