

福神漬け



材 料

- ・大根 1/4本 (300g)
- ・人参 1/2本 (100g)
- ・きゅうり 2本
- ・レンコン 1節 (100g)
- ・なす 2本
- ・しょうが 1かけ
- ・塩 大さじ1と1/2杯

【材料A】

- ・しょう油 150ml
- ・みりん 50ml
- ・砂糖 60g
- ・酢 大さじ2

作り方

- (1) 大根、人参は皮をむいて、2~3mm厚さのいちよう切り、きゅうりは半月切り、しょうがは千切りにしてボウルに入れ、塩大さじ1を加えて、軽く揉んで30分おく。
- (2) なすは、半月切りにして、塩大さじ1/2を振って混ぜ、30分おく。
- (3) レンコンは2~3mm厚さのいちよう切りにして、酢少々(分量外)を加えた熱湯で固めに茹で、ゆで汁をきって冷ます。
- (4) (1)と(2)の水分をしっかりしぼり、(3)を加えてボウルで受けた金ザルに入れる。
- (5) Aを合わせて火にかけ、煮立ったら熱い浸け汁を(4)に回しかける。ザルを仰ぎ、野菜をさます。
- (6) ボウルの汁を鍋のかけ、煮立て、アクを取り除き、再び野菜に回しかける。この作業を7~8回繰り返す。
- (7) 保存容器に冷めた野菜と冷めた付け汁を注ぎ入れて完成。

◆ 次の日から食べられます。冷蔵庫に入れて、3ヶ月~半年もちます。

(女性部 生活作品展 出展レシピ)