



みょうが&きゅうり 和風マリネ

香り食感がクセになる・みょうがレシピ②

みょうが&きゅうり和風マリネ

材 料 (2人分)

みょうが…………… 2個
きゅうり…………… 2/3本
玉ねぎ小…………… 1/2個
★酢…………… 大さじ1
★砂糖…………… 大さじ1/2
★しょうゆ…………… 大さじ1/2
★オリーブオイル… 大さじ1
★だしパック(中身)… 小さじ1/2
※本格・万能だしパック使用

- 1 きゅうりは乱切りにして塩(分量外)をふる。
- 2 玉ねぎは薄切りして塩(分量外)をふりもみこみ、水にさらしておく。
- 3 みょうがは6等分に切る。30秒湯通して水気を切る。
- 4 きゅうり・たまねぎは水で洗って、水気を切る。
- 5 ジッパー付保存袋に、★調味料と③と④を加え混ぜ合わせて、冷蔵庫で冷やしてできあがり♪

コツ・ポイント

- 玉ねぎは薄切りし、塩もみをよくして水で洗ってください。
- ジッパー付保存袋に入れたら、よくもみこんでから冷蔵庫で冷やしてください。
- お好みで黒粗びきこしょう・ハーブ・ガーリックなどを加えても◎。
- 彩りにミニトマト・パプリカなども加えることもオススメです。