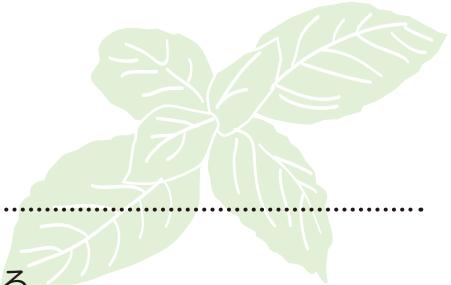




おいしいハーブ～バジルレシピ②

彩り野菜のピクルス



材 料（作りやすい量）

バジル	5枚
パセリ	適量
ミニトマト	5個
パプリカ(赤・黄)	各1/2個
きゅうり	1本
★酢	100ml
★水	90ml
★砂糖	大さじ1.5
★塩	小さじ1/2
★だしパック(中身)	小さじ1/2
※まるものだしパック使用	

- 1 バジル・パセリはよく洗い水気をきる。
- 2 ★と①を小鍋に入れて沸騰させたら冷ましておく。バジルとパセリは取り除く。
- 3 ミニトマトは3カ所ほどつまようじで穴を開ける。パプリカときゅうりはステック状に切る。
- 4 きれいに洗った保存ビンにぎっしり詰め込む。
- 5 冷ましておいたピクルス液を注ぎ、半日ほど冷蔵庫へ。風味のよいピクルスのできあがり♪

コツ・ポイント

- にんじん・セロリ・玉ねぎ・ヤングコーンなどもオススメです。
- ジップロックなどの保存用ポリ袋でも作れます。
- ★とハーブの分量はお好みで調整してください。