

大根なます



●作り方

- 1 大根とにんじんは皮をむいて4cm 位の千切りにする。塩小さじ1/2 をふって軽く塩もみし、しんなりしたら水気をきる。
- 2 酢、砂糖、残りの塩を混ぜ、1を加えてあえる。

●材料（作りやすい分量）

大根・・・1/3 本（300g）
にんじん・・・中 1/2 本（40g）
酢・・・・・・・・大さじ 2

砂糖・・・・・・・・小さじ 2
塩・・・・・・・・小さじ 1



ワンポイント

大根の旬は 11 月からですが、大根なますは正月のおせち料理や祝い事、ハレの日等に食べられる料理です。仕上げにゆずの皮をのせるのもおすすめです。

柿なます



●作り方

- 1 大根は皮をむいて 4cm 位の千切りにする。塩小さじ1/2 をふって軽く塩もみし、しんなりしたら水気をきる。干し柿は千切りにする。
- 2 酢、砂糖、残りの塩を混ぜ、1を入れてあえ、さらに干し柿を加えてよくあえる。

●材料（作りやすい分量）

大根・・・1/3 本（300g）
にんじん・・・中 1/2 本（40g）

酢・・・・・・・・大さじ 2
砂糖・・・・・・・・小さじ 2
塩・・・・・・・・小さじ 1



ワンポイント

干し柿の甘みとうまみが加わったなますです。