

～大切にしよう芥屋かぶの会～

芥屋かぶの甘酢漬けふりかけのレシピ

芥屋の伝統野菜がふりかけに！？

◎材料

・芥屋かぶの甘酢漬け	200 g	【調味料】	
・芥屋かぶの葉	200 g	A醤油大さじ	3
・生姜	小さじ1	B砂糖大さじ	1.5
・白ごま	大さじ1	C酒 大さじ	2
・ごま油	大さじ1		
・ちりめんじゃこ又は干しエビ	5g		

◎作り方

1. かぶの葉を5mm幅でざくざく刻む。
2. かぶを皮付きのままみじん切りにする。
3. フライパンにごま油、生姜、かぶ、かぶの葉、ちりめんじゃこ、の順に入れ25秒くらい炒めた後に、調味料A B Cの順に入れる。
4. こげないように弱火で炒める。
5. 水分が飛んだら完成！！

【注意点】

- ・焦げてしまうと色、味が変わってしまうので弱火で炒めましょう。



※写真のピンク色は甘酢漬けです。

甘酢漬けする前の芥屋かぶで作ってもおいしいです。