

かぶとあんずの甘酢和え

～あんずの甘みがよく合います。～



1人分 43kcal
塩分 0.4g

材 料 (2人分)

かぶ	中2個
塩	小さじ1/2
干しあんず	2個
甘酢	
砂糖	大さじ3/4
塩	ふたつまみ(0.5g)
酢	大さじ1
水	大さじ1

作り方

- ① かぶは皮をむき、縦半分に切り、縦のうす切りにして塩をまぶす。しんなりしたら軽く水洗いし、水気をよく絞る。
- ② 干しあんずは、5ミリ幅のせん切りにする。
- ③ ボウルに甘酢の材料を混ぜ合わせ、砂糖と塩をよく溶かしておく。
- ④ ③の甘酢に、かぶとあんずを合わせてしばらくおき、味をなじませ、盛り付ける。