

Recipe

大根の酢漬け



[材料]

大根 …10kg
塩 …3合(540ml)
酢 …3合(540ml)
砂糖 …1kg
とうがらし…適量
こんぶ …適量

\作り方/

- ① 大根と塩を合わせて3日重しをする。
- ② 酢と砂糖を煮立てる。
- ③ ①と②を合わせ、とうがらし、こんぶを入れて重し(1kg)をする。
- ④ 10日後あたりから食べられる。



Nanyo Company部が
作ってみた

とてもおいしくて、
ご飯が進みます。

レシピ提供者 | 農家 浅岡 津多子さん



Nanyo Company部が作ってみた
アレンジメント!

大根の塩こんぶ漬け

\作り方/

- ① 大根を切る。
- ② 袋の中に塩こんぶを入れる。
- ③ 冷蔵庫で漬けて完成。

※量と時間はお好みで調整してください。

こんぶの味があり、和食に合います。
さいの目切りより、柏子木切りや
薄切りの方が適しています。



レシピ提供者 | 愛知県立南陽高等学校 Nanyo Company部さん



Japanese
White
Radish

Recipe

大根のキムチ漬け



Nanyo
Company部が
作ってみた

辛さが苦手な方でも
食べられるほどよい辛さの
さいの目切りなので、
食感もよいです。

[材料]

大根	…5kg
塩	…150g (3%)
にんじん	…1~2本
にら	…1束
松の実	…40g
クコの実	…40g
キムチの素(業務用)	…600~800mL
砂糖	…200g
とうがらし(粉でも可)	…3~4本

作り方

- ① 大根を食べやすい大きさのさいの目に切る。
- ② 大根、塩、キムチの素を入れ、1日下漬けをする。
- ③ にんじんは千切り、にらは5mmの小口切りにする。
- ④ 下漬けした大根の水を切り、にんじん、にら、松の実、クコの実、とうがらし、砂糖、キムチの素を入れて混ぜる。
- ⑤ 2~3日で味がなじみ、食べ頃となる。

レシピ提供者 | 農家 浅岡 津多子さん

Recipe

ブロッコリーの蜜漬け



[材料]

ブロッコリー

砂糖:水 …6:4

※作りやすい分量で

作り方

- 1 ブロッコリーを小房に切り、2分ほど煮立てる。
※あまり茹ですぎると、香りがなくなるので注意。
- 2 材料(砂糖、水)を沸騰させる。
- 3 ブロッコリーを入れ、一晩寝かせてできあがり。



レシピ提供者 | 愛知県立南陽高等学校 Nanyo Company部さん



Nanyo Company部が作ってみた
アレンジメント!

ブロッコリーの蜜漬けを使った 洋風どら焼き



作り方

- 1 ホットケーキミックスを使用し、ホットケーキを焼きます。



- 2 生クリームにブロッコリーの蜜漬け(つぼみの部分のみ)を混ぜ入れ、ホットケーキに挟んだらできあがり。