

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、拍子木切りや  
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。