

とれたて できたて あさくらの特産品料理コンテスト

料理名	甘酢あえ
朝倉地域産の テーマ食材	博多なす、博多きゅうり、かき、ゆず

〔材料表〕 1回に作る量。

材料名	分量	材料名	分量	
甘酢	水	300cc	ピーマン	適量
	酢	400cc	かき	適量
	砂糖	250g	人参	適量
	塩	50g	かぼちゃ	適量
博多なす	適量	早取うり	適量	
博多きゅうり	適量	ゆず	少量	
玉ねぎ	適量	こしょう	少量	

〔作り方〕

甘酢は材料を混ぜ、火にかけ沸騰させ冷ます。

野菜は食べやすい大きさに切る。

を混ぜ、漬け込む。

朝作って昼には食べられます。日持ちもします。

玉ねぎははやめに漬けておくと、から味が少なくなります。

〔コメント〕 (出品者から寄せられたこの料理に関する思い出や思い入れ、どんな時に食べるかなど)

甘酢はラッキョウ酢で、ヒントをもらい、自分なりに作ってみました。かぼちゃなど、おいしくない小さいものでも入れるとおいしく変わります。

出品者の
お名前

田中由美子