大関レシピ

きゅうりと小かぶの塩麹漬け

塩麹で漬けた浅漬けは、とても深い味わいです。
塩麹に少し酢を加えると発酵食品の組合わせで、もっとおいしくなります。

調理時間：10分（漬込み時間除く）
カロリー：43Kcal（1人分）
塩分：2.3g（1人分）

※当社の栄養表示は、各原材料の分析値、または「五訂日本食品標準成分表」に基づき算出した値の合計値です。

■材料（4人分）

きゅうり（2本）、小かぶ（1個）、なす（1本）、
塩麹（大さじ3）、酢（大さじ1）、

作り方

1. きゅうり・なすは約5ｃｍ幅の棒状に切る。
2. 小かぶは6～8つにカットする。
3. ❶と❷を保存用袋や密閉容器に入れ、塩麹（大さじ3）を全体にまぶす。
4. ❸に酢を全体にふりかけ、1日から2日漬ける。