



野木町地産地消メニュー



③⑥ きゅうりの一本漬け

調理時間 3分



※漬け時間は除く。

お祭りなどでよく見かける、キュウリの一本漬け。家にある調味料で簡単に作れます。暑い夏にさっぱりと召し上がれます。

食材と旬 夏

きゅうり 7月～8月



【材料】

きゅうり 3本
塩 小さじ1
砂糖 小さじ1
しょうゆ 小さじ1
顆粒だし 小さじ1
水 200ml

【作り方】

- ① きゅうりは、ヘタを切り落とし、ピーラーでところどころ皮をむく。(皮がついているところと、皮をむいたところが縞模様になるように。)
- ② 保存容器または、保存用袋(フリーザーバッグ)に、塩・砂糖・しょうゆ・顆粒だし・水を入れ、よく混ぜ、きゅうりを漬ける。
- ③ 冷蔵庫で、6～8時間程度ねかせる。
- ④ きゅうりを取り出し、串をさす。

～ひとくちメモ～

漬ける時間を短くしたい場合は、きゅうりを一口大に切ってからつけてください。