

野木町地産地消メニュー



101 にんじんと大根と玉ねぎのなます



調理時間 | 5 ~ 20分

さわやかな酸味が箸休めにぴったり

食材の旬

玉ねぎ 3 ~ 5月

大根 冬 ~ 春

にんじん 11 ~ 2月

【材料】

にんじん	60g
大根	80g
玉ねぎ	20g
塩	少々
お酢	小さじ2
オリーブ油	小さじ1
しょうゆ・砂糖	各小さじ 1/2
こしょう	少々

【作り方】

- ① にんじんと大根は細めのせん切りに、玉ねぎは薄切りにする。
- ② ボウルに①を入れ、塩をふり、しんなりしたら水気をしぼる。
- ③ 別のボウルに A を入れて混ぜ、②を入れ和える。

~ひとくちメモ~

ビールに合うのでおつまみメニューにしたり可能性無限大。