



大かぶ漬の 生ハム&きゅうりサンド

■材 料(2人分)

大かぶ漬…4枚 生ハム…4~6枚
キュウリ…2本 イクラ…適量

■作り方

①大かぶ漬は同じ大きさのものを
選んでおく。キュウリは半分に切っ
て縦の薄切りにする ②大かぶ漬
1枚を置き、その上にキュウリを重
ねて並べ、その上に生ハムをのせ、
もう一回キュウリを並べ、大かぶ漬
を重ねる ③大かぶ漬からはみ出し
ているキュウリと生ハムを切って
形を整え、6等分にして、上にイク
ラを散りばめる

レシピ by

ジュニア野菜ソムリエ 林洋子



農事組合法人 音川加工
富山市婦中町外輪野5843



赤かぶ漬けおろしあえ



農事組合法人 音川加工
富山市婦中町外輪野5843

■材 料(2人分)

赤かぶ漬け…40g
キュウリ…1/2本
ダイコン…100g
ナメコ…1/2パック

■作り方

- ①赤かぶ漬け、キュウリは7ミリ
ほどのさいの目に切る。ダイコ
ンはおろして軽く水気を切る。
ナメコはサッとゆでて冷まして
おく
- ②材料をすべて混ぜ合わせ、30分
ほど冷蔵庫に入れ、味をなじま
せる

レシピ by 野菜ソムリエ 奥平有香

音川漬け物
×
野菜ソムリエ

大かぶ漬のサラダ風 スパゲッティ

■作り方

①玉ネギを千切りし、水にさらす。キュウリ、パプリカも千切りし、水にさらした玉ネギとともに塩もみする ②1をさっと水洗いし、水気を切ってフレンチドレッシングに漬けてこみ、マリネする ③スパゲティを塩ゆでし、ざるにあげ、少量のサラダ油(分量外)をさっからめて、麺がくっつかないようにする ④ボウルに3とマヨネーズ、めんつゆ、ドレッシングを切った2のマリネ、5ミリ幅の千切りにした大かぶ漬をよく混ぜ合わせて、皿に盛り付ける

レシピ by 野菜ソムリエ 倉田真理子

農事組合法人 音川加工
富山市婦中町外輪野5843



■材 料(2人分)

大かぶ漬…3~4枚 パプリカ…1/2個
玉ネギ…1/4個 キュウリ…1/2本
フレンチドレッシング(市販のもの)…適宜
マヨネーズ…小さじ1 めんつゆ…小さじ1
塩、黒コショウ…各少々 スパゲティ…100g

