

第90回 2014年12月9日(火)

大根まるっと いただきます。



① ヒーツのサラダ  
ヒーツの葉は塩こじで  
漬けておく。玉は甘酢漬。  
葉は玉とじ。サラダに  
トッピングしてネ!!  
とろもあま。うまご色か  
けいじょうので量をけりすね

2014.12.09



② 大根葉ふりかけ  
大根葉みじん切りし。油で  
炒め。砂糖。酒。しょうゆ  
で味作り。ごまE145143

2014.12.09



③ 大根のしょうがほろみ煮  
大根おろしにカサシ。  
しょうが。ほろみ。しょうゆ  
みりん。味作り。熱切  
しょうがも105145145  
とんごめ入り

2014.12.09



④ 聖護院大根十枚漬  
聖護院は大根。カブ  
どちらでもOK  
スライサーでカットし。  
糸こんにゃく。塩こじ。  
砂糖。酢で漬ける

2014.12.09



⑤ おかひ味噌菜  
大根は米で煮かいて  
オリーブは大根。おかひ  
トッピングして焼くOK

2014.12.09



⑥ 梅合え  
大根細切りし。梅  
酢。砂糖。酢  
のドレッシングで合えて  
のりE145145145  
トッピング!!  
※赤大根の酢漬漬  
にて保存して下さい

2014.12.09