

簡単クッキング

第183回 2016年12月20日(火)

冬の「漬物」準備はいかが？



皆さま、こんにちは、
本日は「漬物」です。

講師は、
市村副駅長です。

← キムチの説明
金泉の、
ちえね様です。

2016.12.20

- ①
- ②
- ②-2
- ④
- ⑤
- ⑦
- ⑧
- ⑨



① 松前漬
松前産の菜豆のすめ、さし
かりでカットしてタレ漬。
かぶ、水菜、カットしたかぼち
で水切(塩少々)水菜は
塩入水もんとし、いざよひ。
全部まぜて、砂糖、しょう油
で味の味付け



② 大根とハムの甘酢
大根スライスして塩で水切り
ハムスライスしてサソ(ニろろ)
甘酢を付けて入れる(作り)



②-2 千枚漬



③ チョロギの梅酢漬
チョロギに梅酢かき混ぜて
漬け込む



④ かす漬
派かす、砂糖、おりので漬
せて、お好み野菜も塩漬
してからかす漬に...



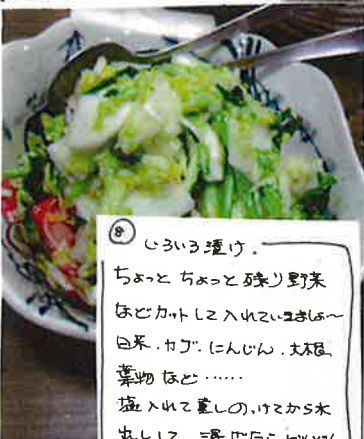
⑤ からし漬
大根カットして塩パサパサ
ぶろ(=入れて水出し)
粉からし、酒、砂糖、
塩で混ぜてから金網
入れで漬ける(作り)
時々塩を足す



⑥ 紅大根の甘酢漬
紅大根は皮をカットして塩で
水出し、
砂糖、酢、塩で漬ける
お好み味の味付けにす



⑦ たくあん炒め
たくあん油で炒めかき
白だし、おろし、酒、味付
けの最後にごま油、ごま
を漬ける(作り)一度水出し(作り)



⑧ いらい漬け
ちよとちよと残り野菜
は皮カットして入れ、いざよひ
白菜、カブ、にんじん、大根
葉物など.....
塩入れて煮し、けから水
出しして、混ぜたらとんぼ
追加して..... ころも、とうからし
で味をえまよひ



⑨ 「金泉」製のキムチです。



「金泉」製のキムチをどうぞ!



本日、使用した材料です。
売店で販売しています。