

あちゃらづけ

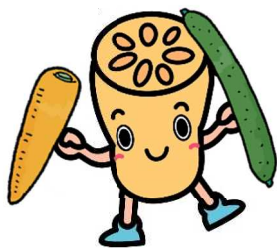


ざいりょう 材料【4～5人分】

れんこん	50g	酢	おお 大さじ1/2	} A
きゅうり	1/2本	さとう 砂糖	おお 大さじ1/2	
にんじん 人参	ちゅう 中 1/4本	うすくちしょうゆ 淡口醤油	こ 小さじ1	
		いちみ 一味とうがらし	しょうしょう 少々	

～ つく かた 作り方 ～

- ① 調味料Aを火にかけ、調味液を作っておく。
- ② れんこんはいちょう切り、きゅうりは輪切り、人参は千切りにしておく。
- ③ ②を茹で、冷まして水気をきる。
- ④ ①と合わせて仕上げる。



あちゃらづけは、福岡県の郷土料理で、刻んだ季節の野菜に赤唐辛子を加えた酢の物です。爽やかな甘味と酸味に赤唐辛子の辛味がアクセントになる一品です。