

甘酒と塩こうじで作る カンタンキムチ

<材料>

好きな野菜
① 大根 1/4本程度
人参 1/2"
キャベツ 1~2枚

② 出汁
水 ... 1かまづ (200ml)
昆布 ... 5cm角 2枚
かつおぶし ... 5gくらい

③ 調味料

生姜 ... 大2 } すりおろし
にんにく ... 大1
玉ねぎ ... 大1
りんご ... 半分

あみえび ... 大2
塩こうじ ... 大1~2
甘酒 ... 大2
ナンプラー ... 大1
唐辛子 ... 50g

<作り方>

① ②の出汁をとります。水に昆布を入れ中火にかけます。軽く沸騰してきたらかつおぶしを入れ火を止め少し放置します。

② ①に好きな野菜を切って塩きみしておきます。

③ 大きめのボウルに③調味料を入れておき、②の出汁が冷めたら

②の余分な水を捨て、全て一緒に入れ良く合わせ 半日~1日寝かせて完成です。