

グレープフルーツで
香りも爽やか！

キャベツの柑橘風味 甘酢漬け



【材料】 (4人分)

キャベツ	1/4 個
グレープフルーツ	適量
生姜	1 片
赤唐辛子	1 本

《合わせ調味料》

市販の寿司酢	大さじ 4
ごま油	大さじ 1
白いりごま	小さじ 1
塩	少々

【下準備】

- ① 生姜は千切りにする。赤唐辛子は種を取り、小口切りにする。
- ② キャベツは千切りにする。
- ③ グレープフルーツは実をほぐしておく。
- ④ 合わせ調味料と①の生姜、赤唐辛子を器に入れ、レンジで 30 秒程加熱し粗熱を取っておく。

【作り方】

1. ②のキャベツを電子レンジで1分程加熱し粗熱をとり、水分を軽く絞る。
2. 1. のキャベツと③のグレープフルーツを④のボウルに入れ混ぜ合わせる。
3. 器に盛り付けてできあがり。



レシピポイント！！

- ・合わせ調味料の寿司酢の酸味が苦手な方はレンジでの温めを少し長くして、酸味を飛ばすとまろやかになります。