

料理名 (ピーナッツなます)



A {

食品名	材料4人分
大根	160g
塩	小さじ1/3程度
にんじん	20g
純米酢	小さじ2
上白糖	大さじ1
食塩	少々
ダースピーナッツ	10g
ピーナッツバター(無糖)	5g

(作り方)

- ① 大根とにんじんを千切りにする。(細目に切るのがおすすめです。)
- ② 大根は1%の塩を振っておく。
- ③ 大根の水気を切り、にんじんと一緒に調味料Aに漬け込む。(30分程度)
- ④ 味が染みたら軽く汁気を切り、ダースピーナッツとピーナッツバターを入れて和える。

☆料理についてのコメント

富士市の郷土料理です。本来は、ピーナッツをすりつぶし、なますと和えて作りますが、給食では作業の工程上、ピーナッツバターを使用しています。漬け時間や味はお好みで調節してください。

