

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。

