

しゃきしゃきで食べやすい♪白だしのなます(1人前約41kcal)

普段のおかずや
おせちにも使える!



<材料(3人前)>

- 大根……1/6本
- にんじん……1本
- 塩……小さじ1
- 酢……大さじ2
- みりん……大さじ1
- 白だし……大さじ1

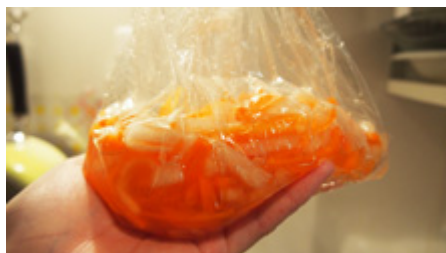
<使用した商品>



【1】大根とにんじんを細長く切り、塩小さじ1を加えてよく揉みこんだあと、お皿かポリ袋に入れて冷蔵庫で10分ほど寝かせます



【2】染み出てきた水は捨てずに、「白だし」とお酢、みりんを加えて再度しっかり揉みこみます。



【3】さらに冷蔵庫で30分以上寝かせて、器に移したら完成です。