

いろいろな野菜がたっぷり食べられる

## 小鉢にあさ漬けほんのり山椒



Sansyo-asazuke



### 野菜 献立

撮影料理 スタイリング / kunie ochi  
構成 / naoki ourshi

#### 材料

お好みの野菜 100g (きゅうりなら約1本)  
山椒入あさ漬の素 小さじ1杯

#### 作り方

- ① 野菜はきれいに水洗いし、食べやすい大きさに刻む。  
※インゲンはかるく茹でしておく。
- ② ポリ袋に野菜と山椒入あさ漬の素を入れてよく振り混ぜる。
- ③ ポリ袋の空気をよく抜いて口を縛り冷蔵庫で8時間〜12時間漬け込む。
- ④ 器に盛り付けてできあがり。