

つくろう 伝えよう 豊かな会津の食文化

# かあちゃん味の自慢 “冬の陣”



## 出品申込書

申込者	氏名	山西 トミ子	年齢	
	住所			
	電話	( )	—	

出品 部門	<input type="checkbox"/> あいづ野菜 弁当の部	<input checked="" type="checkbox"/> あいづ野菜 漬け物の部
	※どちらかに○をつけてください。	

<完成写真>



<料理のPRポイントやあいづ野菜に対する思いをご自由にお書きください。>

孫が野菜類をあまり食べないので、見た目を美しく、関心を持つ様にし、野菜の持つ、甘味、おいしさを教えたい。

料理名：野菜の重ね漬

※ ( ) 内は生産者名

①大根 (渡部美代子) 10cm

②人参 (鷹田征一) 1本

③キャベツ (長尾公代) 5~6枚

④きゅうり 2本

⑤あっさり漬の素

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩

材料

①キャベツをさっと湯がき、素早く冷ます

②きゅうりは薄切りにする

③人参は千切りにする

④大根は薄切りにする

⑤あっさり漬の素を水で薄める

⑥キャベツ、大根、人参、きゅうりを交互に重ね、⑤に漬け込む

⑦半日後に漬け汁を捨てて、もう一度漬け直す。

調理  
方法