

# 大根の漬物を使った炊き込みご飯

## 糖しぼり大根を使った炊き込みご飯



特徴：余った漬物を使って主食に大変身！！

### 食材

- PALVER.糖しぼり大根 お好み
- 米 2合
- ☆
- 油揚げ 1枚
- 酒 大さじ1
- みりん 大さじ2
- しょうゆ 大さじ2
- 和風顆粒だし 小さじ2
- 水 適量

### 作り方

- 1.油揚げを半分に切り、細切りにする。
- 2.炊飯器内に洗った米、☆以下の調味料を入れ、2合のメモリまで水を入れる
- 3.あとひきだいこん、油揚げをのせ、通常炊飯する。

## あとひきだいこんを使った炊き込みご飯



特徴：余った漬物を使って主食に大変身！！

### 食材

- あとひきだいこん お好み
- 米 2合
- ☆
- 油揚げ 1枚
- 酒 大さじ1
- みりん 大さじ2
- しょうゆ 大さじ2
- 和風顆粒だし 小さじ2
- 水 適量

### 作り方

- 1.油揚げを半分に切り、細切りにする。
- 2.炊飯器内に洗った米、☆以下の調味料を入れ、2合のメモリまで水を入れる
- 3.あとひきだいこん、油揚げをのせ、通常炊飯する。

# 漬物を使ったタルタルソース (ぬか風味きゅうり、やわらか茄子ver.)

## 漬物を使ったタルタルソース (ぬか風味きゅうり、 なすの漬物ver)

特徴：漬け物の塩味と食感が楽しめる新しいの  
タルタルソース！



### 食材 (2人前)

- ・卵 2個
- ・マヨネーズ 大さじ3
- ・レモン汁 2滴
- ・こしょう 少々
- ・きゅうりのみじん切り 大さじ4
- ・なすのみじん切り 大さじ4

### 作り方

1. 卵を10分茹でる。
2. 卵をフォークで潰し、マヨネーズを入れて混ぜる。
3. ぬか風味きゅうり、なすの漬物のみじん切りにしてそれぞれ2に加えて混ぜる。  
※なすの場合は、汁気を切ってから加える。
4. レモン汁を入れて味を整え、こしょうを入れて混ぜる。

### 【使用した漬け物】



# 浅漬白菜を使った和風お好み焼き

## 浅漬白菜を使った 和風お好み焼き

特徴：余りがちな白菜の漬物がお好み焼きに大変身！  
和風ソースであっさり食べられます！  
シャキシャキ食感が癖になる



### 食材（2人前）

- 浅漬白菜 1袋（250g）
- 豚肉 100g
- 卵 1個
- 万能ねぎ 1本
- お好み焼き粉 100g
- サラダ油 大さじ1
- 水 110cc
- ☆和風ソース
- ポン酢 大さじ2
- マヨネーズ 大さじ1

### 作り方

- 浅漬けは絞って汁気を取り、2 cm幅に切る。万能ねぎをみじん切りにする。ポン酢とマヨネーズを混ぜておく。
- ボウルにお好み焼き粉、卵、水、浅漬けを入れてダマがなくなるまでよく混ぜる。
- 熱したフライパンにサラダ油を入れ、生地を流し込み、厚さ2cmに成形して、中火で3分焼く。
- 豚バラ肉を生地の上に並べ、裏返して4分蒸し焼きにする。
- もう一度裏して2分焼く
- 和風ソースをかけて、万ねぎをのせて完成

### 【使用した漬け物】



# 浅漬白菜を使った手作り餃子

## 白菜の浅漬けを使った 手作り餃子

特徴：漬物の程よい塩味と白菜のシャキシャキ感が  
やみつきに！！



## 食材（2人前）

・豚ひき肉	150g
・ニラ	1/3束
・白菜の浅漬け	180g
・餃子の皮	25枚
★にんにく、生姜	1かけ
★醤油	大さじ1
★ごま油、砂糖、酒、片栗粉	小さじ1
★塩	小さじ1/2
★こしょう	少々
油	適量

## 作り方

1. 豚ひき肉に★を加え、粘り気が出るまで混ぜる。
2. ニラと白菜の浅漬けをみじん切りにする。
3. 1に2を加えよく混ぜる。
4. 餃子の皮で3包む。
5. フライパンに油をひき、餃子を並べて焼く。
6. 焼き目がついたら水を少し入れて蒸す。

## 【使用した漬け物】

