



「人参と柿のラペ」



人参約 300g の皮をたわしなどでこすり落として 5cm 位の長さの千切りにする。

(太さは好みで。スライサーやラペ用スライサーを使っても OK)

柿はヘタと皮をむき 5cm の切りやすい太さの千切りにする。

ボウルにオリーブオイル大 2、ワインビネガーまたはレモン汁、ハチミツ各小 1、塩を入れよく混ぜ合わせ、人参を入れてしんなりするまで置く。

柿を加えて軽く混ぜ合わせて味を整えて出来上がり。

* 写真には刻んだケールを飾りました。全体的に甘いのでピリッとした場合はケールやパセリ、塩気が欲しい場合は生ハムなどを加えても良いかもです。

* 調味料の量は好みで調整してください。



ゆうきやのInstagram

是非、ゆうきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆうきや #yukiya808 @ゆうきやなどを付けて投稿してください。皆様の投稿、お待ちしております！

ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880