



ピリッと辛味のきいたさわやかな漬け物

高田シロウリとオニゴシヨウの浅漬け

材料(作りやすい分量)

高田シロウリ …… 500g
刻みコンブ …… 大さじ1
オニゴシヨウ …… 1/2個
塩 …… 大さじ1
水 …… 100cc

作り方

- ①シロウリは縦半分に切り、ティースプーンで種を取り出す。5mmの厚さに切る。
- ②オニゴシヨウは種を取ってみじん切りにする。
- ③厚手のビニール袋に①と②、刻みコンブ、塩、水を入れ、空気を入れるように口を閉じる。上下左右に振って漬け汁をなじませ、空気を抜いて口を閉じる。
- ④冷蔵庫に入れて2~3時間漬ける。

収穫時期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----