

レシピ&コメント

講師：湊 敏文 氏

きゅうりの佃煮 レシピ

【材料】

きゅうり 4本
生姜 お好みの量

きゅうり4本は
こちらのきゅうりでは
1本ぐらい

だし昆布があれば1cm角位で
良いので入れると良いです。
鍋の後の昆布なら3cm角位で

<合わせ調味料>

醤油 1カップ
みりん 25g
酢 25g

みりんが無ければ
砂糖で代用できます。
グラニュー糖なら 30g

酢は、ワインビネガー、
ホワイトバルサミコ酢でも良いです。



- 1) 人差し指大にきゅうりを輪切りにします。
 - こちらのきゅうりは皮が固めなので、皮を剥くと良いです。
 - こちらのきゅうりは大きいので、縦半分か四つ割りにしてから、人差し指大に切ります。
- 2) 生姜を千切りにします。
- 3) 合わせ調味料を火にかけ、沸騰したら、火を止めます。
- 4) 3)の中へ、きゅうりと生姜を入れ、そのまま冷めます。
 - 冷ましながら数回混ぜ合わせます。
- 5) 4)が冷めたら、濃して、合わせ調味料を再度沸騰させ、1割ほど煮詰めます。
 - 沸騰してくるときゅうりのアクが出てきますが、アクは取らなくても良いです。
 - ここで味見して、きゅうりの水分で味が薄くなっていたら、醤油、酢を足して味を調整します。
- 6) 5)へきゅうりと生姜を戻し、冷めたら出来上がり。
- 7) 保存は冷蔵庫で。 □ 冷蔵庫で2週間くらい持ちますが、10日目位で汁を再沸騰させたら、更に10日間位は持ちます。

《応用編～別の野菜で》

別の野菜に応用するなら、

大根、ニンジン水分が少なすぎてダメ
玉ねぎ、エシャロットなら応用できます。
きゅうりがベストです。