

お酢レシピ

2

オクラとミニトマトのフレッシュピクルス

材料(2人分)

オクラ 4本
 ミニトマト 4個
 きゅうり 1/3本
 黄パプリカ 1/4個
 ミツカン カンタン酢 1/2カップ

作り方

- 1 オクラはよく洗い、ヘタを落として半分に切る。ミニトマトは竹串等で穴を数ヶ所あける。きゅうりは4cm長さで縦6等分に切り、パプリカは5mm幅に切る。
- 2 ジッパー付き保存袋に①と「カンタン酢」を注いで、空気を抜いてジッパーをしめ、よくもんで30分ほど漬ける。

※冷蔵庫に保管し、一週間以内をめどに早めにお召し上がりください。3日以内にお召し上がりいただくと、フレッシュな食感をお楽しみいただけます。

※一度野菜を漬けた調味液は、野菜から出る水分で薄まっておりますので、繰り返し漬けることはおやめください。

※ジッパー付き保存用袋を横置きする場合は、下に受け皿などをご使用ください。



※写真はイメージです。



これ1本で甘酢漬、酢の物、お寿司、ピクルス、マリネ、肉料理などいろいろな食酢メニューがカンタンに作れる調味酢です。

ミツカン カンタン酢 500ml

※掲載商品のパッケージ変更や規格変更、品揃え改廃などにより掲載商品がご提供できなくなる場合がございます。

お酢レシピ

3

まぐろとアボカドのぽんぽき丼

材料(2人分)

まぐろ(刺身用) 100g
 アボカド 1/2個
 たまねぎ 1/6個
 ミツカン 味ぽん 大さじ4
 ごま油 小さじ1
 砂糖 小さじ1/2
 ご飯 丼2杯
 水菜 1株
 いりごま(白) 小さじ1
 万能ねぎ(小口切り) 適量

作り方

- 1 まぐろ、アボカドは1.5cm角に切る。たまねぎは薄切りにする。水菜は3cm長さのザク切りにする。
- 2 ボウルにまぐろ、アボカド、たまねぎ、「味ぽん」、ごま油、砂糖を入れ、全体をなじませる。
- 3 器にご飯、水菜、②を盛る。いりごま、万能ねぎを飾り、②の汁を全体にかける。



※写真はイメージです。



かんきつ果汁・醸造酢・しょうゆが一つになった、他では味わえない絶妙な風味の調味料です。

ミツカン 味ぽん 360ml

※掲載商品のパッケージ変更や規格変更、品揃え改廃などにより掲載商品がご提供できなくなる場合がございます。