

美味!伊達な御馳走



～材料～



アスパラ	3本
パプリカ(赤)	1/2個
パプリカ(黄)	1/2個
■めんつゆ	大さじ2
■鷹の爪	適量
塩	適量

【アスパラとパプリカの漬物】

～作り方～

1

アスパラとパプリカを5センチくらいの長さに切る。

2

まな板に塩を振りアスパラを板摺りする。

3

ジップロックにパプリカとアスパラと■の調味料を入れ、軽く揉んで冷蔵庫で一晩寝かせる。

4

皿に盛り付けて出来上がり。

5

6

7

8