夏野菜の酒粕和え

作り方

①茄子、キュウリ、ミョウガなどの夏野菜を薄く切って
　塩もみし、水気が出てきたら軽く搾る
②野菜の約半分の量（ｇ）の酒粕と和える
③お好みで砂糖、醤油を加え味を調える
※時間が経つと水気が出て味が落ちるので、お早めにお召し上がり下さい

漬け物

材料　　酒粕：１kg　　みりん：大さじ２杯　　砂糖：１５０ｇ
　　塩漬けキュウリ（瓜）＝きゅうり：１kg＋塩：１００ｇ

作り方

①酒粕にみりんと砂糖を混ぜる
②塩漬けしておいたキュウリの並べながら酒粕を被せていく
③約１ヶ月経った頃が食べ頃です（キュウリの場合）
※なす、瓜、ミョウガなどでも漬けられます、漬ける日数はそれぞれ調整して下さい