南国風ピクルス

材料

- 人参 110g （中くらいのもの１本）
- 胡瓜 250ｇ（中くらいのもの２本）
- 白菜 200ｇ（1/4 切の半分） 茎の白い部分を使う

縦 4cm，横 1cm，厚み 2~3mm の大きさで短冊切り

- セロリ 他の野菜に合わせて斜め切り

切り揃えた材料

完成したもの

作り方

1. 材料全部を合わせ大匙３程度の砂糖をまぶしよく混ぜ合わせて，約 10 分間置く．
2. 出てきた水を捨てる．
3. そこへ塩大匙２をまぶし，よく混ぜ，約 10 分置く．
4. 熱湯を全体に回しかけ，お湯を切る．
5. 好みの甘酢を煮立たせ，回しかけ，漬け込む．
   甘酢の例） 水 200ｍｌ 酢 50ｍｌ 塩 小匙 1.5
   砂糖 大匙 3
6. 好みで鷹の爪を加える．