

黒豆のピクルス

レシピ提供：農家民宿 岡田かよ子



＜材 料＊作りやすい分量＞

煎り黒豆	．．． 15 g
大根	．．． 1/4 本
かぶ（赤かぶ）	．．． 1 個
人参・セロリー	．．． 各 1 本
カリフラワー	．．． 1/4 株
パプリカ（黄）	．．． 50 g
塩	．．． 少々
調味液	
酢・白ワイン	．．． 各 200 cc
塩	．．． 小さじ 1
砂糖	．．． 30 g
ベイリーフ・タイム・クローブ	

＜作り方＞

- ① 野菜を一口大に切りそろえる
- ② 調味料とハーブを鍋に入れ、ひと煮立ちさせて冷ましておく
- ③ お湯を沸かし、野菜をさっと湯通しする
- ④ 清潔な瓶などに③の野菜と黒豆を入れて調味液を加える
- ⑤ 冷蔵庫で保存する

memo

煎り黒豆を茹で黒豆または黒豆枝豆に代えてもおいしいです。
カラフルに好みの野菜を組み合わせるのもいいです。