



とやまテロワールベジの一つ、「新川だいこん」を使った新しいガリです。お寿司のガリがご家庭でも簡単にできます！
寿司といえば、富山！寿司には野菜

3種類のだいこんガリを紹介

- A カンタン酢タイプ
- B 穀物酢タイプ
- C 穀物酢しょうが風味タイプ

材料

(2人分)

A

新川だいこん 250g
細切り刻み
こんぶ 5g

ミツカン
カンタン酢™
1/2 カップ



B

新川だいこん 200g ほど
細切り刻みこんぶ 2g

<調味液>

穀物酢 大さじ 2、水 大さじ 3
砂糖 15g、塩 小さじ 1/2

C

新川だいこん 200g ほど
細切り刻みこんぶ 2g
しょうがのしぼり汁 5g



作り方

A、B、C 共通

- ①だいこんは皮のまま使うので、しっかりと洗う。スライサーでランダムな方向で薄切りにする。
- ②お湯を沸かし①を入れて30秒茹でる。すぐに水に入れ、20分ほど水さらしする。

A

③しっかりと水気をしぼり、しぼったもの150gに対して、細切り刻みこんぶを入れ、カンタン酢を注ぐ。

B

③しっかりと水気をしぼり、しぼったもの100gに対して、調味液と細切り刻みこんぶをいれる。

C

③しっかりと水気をしぼり、しぼった物100gに対して、調味液と細切り刻みこんぶ・しょうがのしぼり汁をいれる。

- ④翌日以降しっかりと絞って、ガリとして食べられます。

※冷蔵庫に保管し、一週間以内を目安にお召し上がり下さい。※金属製のふたの使用は避けて下さい。