

きゅうり生産者さんが教える！

きゅうりワサビ漬

材料

- きゅうり 1kg(5~6本)
- わさび(チューブタイプ) 1.5本(約40g/本)
- 砂糖 250g
- 塩 70g



作り方

- ① わさび、砂糖、塩を混ぜ合わせる
- ② 平らな容器にきゅうりを並べ、①をキュウリのすき間に敷き詰める
- ③ 容器にフタをし、冷蔵庫に2~3日間寝かす(きゅうりから水分が出るが、そのまま漬けておく)
- ④ 寝かしたきゅうりを水で洗って、食べやすい大きさに切る

こっそりPoint!

- ①漬けすぎると、辛くなりすぎるので、**漬けすぎに注意!**
- ②**塩加減**はお好みに応じて調整してください
- ③きゅうりを縦にスライスして、刺身などに巻いて食べても美味しいですよ♪
- ④**チリメン**や**カツオブシ**をまぶしても美味です!

生産者より一言



栽培ハウス内の温度管理や肥料を与えるタイミング等に細心の注意を払うことで安全安心なきゅうり栽培を行っています。

きゅうりは、ミネラルや食物繊維をバランスよく含んでいます。漬け物以外にもいろいろな料理がありますので、試してみてくださいね。



きゅうりからこんなに水分が出るんですね!

きゅうりの花ってご覧になったことありますか?

