

きゅうり生産者の
得丸芳昭さん
が教える！

きゅうりワサビ漬け

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

わさび、砂糖、塩を混ぜ合わせる

平らな容器にきゅうりを並べ、をきゅうりのすき間に敷き詰める

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)

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!

漬けすぎると、辛くなりすぎるので、**漬けすぎに注意!**

塩加減はお好みに応じて調整してください
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(^)

チリメンや**カツオブシ**をまぶしても美味しいです!

生産者より一言



きゅうり生産者の
得丸芳昭さん(丸亀)

JAおおいた大分市地域本部きゅうり部会は、大分県の「e-na おおいた農産物認証制度」の認証を受け、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お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がありますか?

