

冷蔵庫に眠ったキャベツを大量消費！ マヨネーズを使わずにさっぱりコールスロー風

「特売でキャベツを1玉買ったけど、冷蔵庫で傷んでいた・・・」
といった経験はありませんか？傷む前に、混ぜるだけの簡単調理で
キャベツをもりもり消費しましょう！！



そのまま食べても、サンドイッチの具材にも。さっぱりした味でキャベツがたくさん食べられます。

用意するもの

- ・キャベツ・・・半玉程度を千切りにする
 - ・コーン・・・200g程度
 - ・オリーブオイル・・・大さじ4
 - ・コショウ・・・少々
- ※お好みでハムやキュウリなどを混ぜてもおいしいです！
- ・作り置き調味料①「基本の甘酢」・・・大さじ4
- (甘酢がない場合、酢大さじ4、砂糖大さじ1、塩小さじ0.5)

作り方

- ① 千切りにしたキャベツにコーン、調味料をかけて混ぜる
(「基本の甘酢」がない場合は酢に砂糖、塩を溶かしかける)
- ② 冷蔵庫で30分程度冷やす(時間がない場合は省略可)
- ③ 冷蔵庫で数日保存できますので作り置きもOK！