



つくる くにたち野菜レシピ

天神米 上新粉と谷保のゴマと大根のカンタン大根餅



- 材料
- ①
大根 千切り 200g
- ②
上新粉 カップ1
片栗粉 大さじ1
砂糖 大さじ1
塩コショウ 少々
水 300g
ゴマ 大さじ1/2
サラミ 10枚
大根の葉 適量(刻んでおく)

[SHOP] 谷保のチムニー
»[お店の詳細データを見る](#)

[種別] 居酒屋

[野菜] 大根、ゴマ、米

- 1
千切りにした大根を煮る(4分くらい)
- 2
大根をザルに移し、煮汁は捨てずに大根と冷ます。
- 3
②をボールに入れて混ぜ、最後に煮汁と大根を入れ、さらに混ぜる。
- 4
混ぜたら、炊飯器に入れ、炊く。(※お米を炊くのと同じように炊きます)
- 5
炊きあがったらフライパンで焦げ目を両面につけ、完成。
- 6
お好みて、からし醤油や、ラー油に付けてお召し上がりください。

お好みの野菜や具を入れて、お試しください。

炊飯器で炊く前に、お釜にゴマ油を少し塗っておくと、炊きあがった時に取りやすく、香りもつくのでいいですよ。(チムニー おがわ陽子さん)

写真左→右：佐伯雅宏さん・佐伯昌信さん・鈴木政久さん・杉田重明さん・北島薫さん・チムニー おがわ陽子さん・長嶋義範さん・佐伯達哉さん・北島直芳さん

撮影：佐野慎也(JA東京みどり 総合企画室)



くにたちあぐりッポ

Kunitachi Agrippo

Kunitachi Tokyo
あぐりッポ写真館
農のある風景



ここは東京?

- トップページ
- 特集 - 「そうだ、谷保に行こう」
- くにたち野菜とは
- くにたち野菜図鑑
- 農家プロフィール
- イベント情報
- 買う - 直売所マップ
- 食べる - くにたちグルメガイド
- つくる - くにたち野菜レシピ
- 育てる - 市民農園情報
- スタッフブログ
ト国立日誌 (スタッフブログ)
- くにたち農業の今
- 農業関係リンク
- 農業推進事業及びこのサイトについて