

おうちで
作ろう

野菜たっぷり ベジプラ！楽うまレシピ



簡単キャベツ キムチ

考案者 やさいばーみるや



材料(2人分)

- キャベツ 200g
- ネギ 2分の1本
- ショウガ 1かけ
- ニンニク 1かけ
- ④粉唐辛子 大さじ1
- ④塩麴 大さじ1
- ④てんさい糖 小さじ1

作り方

- ① キャベツは外側の固い皮を外してよく洗い、2センチ幅にざく切りする。ねぎ、ショウガ、ニンニクは細かいみじん切りにする。
- ② ねぎ、ショウガ、ニンニクと④の材料を厚手のビニール袋に一緒に入れ、よく混ぜ合わせてキムチの素を作る。
- ③ 2にキャベツを加えてもみ込むように混ぜ合わせ、冷蔵庫で丸1日置いたらでき上がり。

POINT

塩麴がなければ、甘酒100ccに塩小さじ半分でも代用可。発酵調味料を使うことで時短につながります。