おうちで作ろう

野菜たっぷり
ベジプラ！楽うまレシピ

人参の洋風酢の物

考案者　鮨ひろ季

材料（2人分）

- 人参　1本（約150g）
- ワインビネガー　45cc
- はちみつ　3g
- 塩　5g
- マスタード　30g
- オリーブオイル　120cc

作り方

1. 人参をスライサーもしくは包丁で細かく千切りにする。
2. ワインビネガー、はちみつ、塩、マスタードを合わせて混ぜる。
3. オリーブオイルを②に加えたら乳化するまでかくはんする。
4. 人参を加えて半日ほど冷蔵庫で寝かせる。

POINT

調味料を混ぜ合わせるだけで簡単に作れます。ワインビネガーは一般的な酢よりまろやかで、ツンと来ることが少ないため、たくさん食べられます。