

# 柚子塩こうじを使ったレシシピ〜

【塩こうじの目安】

- ①《塩》【小さじ1】 = 《塩麹》は【小さじ2】が目安
- ②塩麹小さじ1弱〜1（約5〜7g）で約1gの塩分
- ③調理には、食材の重さの約10%の重量を目安に

## 柚子塩こうじ入りおろし大根のせ厚揚げ煮

【材料】

- ◎厚揚げ・・・1枚
- ◎しめじ・・・1/4袋
- ◎柚子塩こうじ・・・小さじ1
- ◎大根・・・適宜（大根おろし用）
- ◎だし汁
- ◎片栗粉

- 1) だし汁で厚揚げとしめじを煮、仕上げに片栗粉でとろみをつける
  - 2) 1大根おろしに柚子塩こうじをいれ、お皿に盛った1)に乗せる
- ※しめじの代わりに好みの野菜でOK



## 柚子塩こうじドレッシング

【材料】

- 柚子塩こうじ・・・小さじ1
  - 酢/ハシルサミコ酢など・大さじ2
  - オリーブオイル・・・大さじ2.5
  - メイプルシロップ・・・小さじ2
- ※最後に好みで味を調整します。



☆白菜、大根、キャベツ、ニンジンの千切りと枝豆、  
わさび菜にフライパンで乾煎りした油揚げと  
おかかをたっぷり乗せてサラダに・・・

