何でもOKコールスロー

冷蔵庫食材活用

保存OK

時短加熱短い

その他

合いそうな食材何でもOK

とうべつゆるエコfes
tobetsu yuru-eco festival 2025

何でもOKコールスロー

材　料(2人分)

白菜　または　キャベツ	1/4個くらい
きゅうり等(合いそうな野菜何でも)	100gくらい
酢	大さじ1
マヨネーズ	大さじ2
カニカマ(かまぼこ、ちくわ、ハムなど何でもOK)	カニカマなら6本
砂糖(簡単酢などの場合は不要)	小さじ1
ごま	好きなだけ

作り方

(1)白菜、きゅうり等を食べやすい大きさに切り塩を入れて揉んで10分くらいおく
(2)カニカマは食べやすい適当な大きさに割く
(3)(1)の野菜の水分を切って(2)とあわせ、酢(砂糖)、マヨネーズを混ぜ合わせる
(4)器に盛って、ひねり胡麻をかける