

## 沃土会ねぎ祭り 昼食メニュー

### ①ねぎの洋風マリネ

<材料>

- ねぎ2本分
- コンソメ少々
- オリーブ油大さじ2
- 酢 大さじ2
- 砂糖大さじ1
- ベイリーフ1枚



<作り方>

- ①ねぎを食べやすい大きさに切り、コンソメとベイリーフを加えた湯でやわらかくなるまでゆでる。※お好みでねぎを焼いても良い。
- ②湯を切り、オリーブ油、酢、砂糖を混ぜ合わせたマリネ液に漬け込む。
- ③冷蔵庫などで冷やして出来上がり。

### ②ねぎ油と野菜のおつけもの

<作り方>

- ①塩もみしてきざんだ野菜（キャベツ、にんじん等）の水気をよく搾り、ねぎ油、ゆずのうす切りで味を調える。



### ③ねぎ油ドレッシング

<ドレッシングの比率>

- ねぎ油3分の1：酢3分の2
- 塩こしょう

<作り方>

- ①食べやすい大きさにカットした生野菜をドレッシングで和える。

