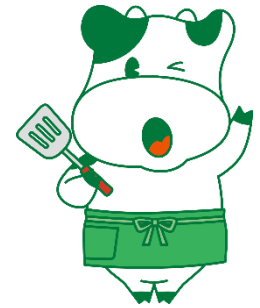


ねぎ油おすすめしシド

ねぎ油ときのこの炊き込みご飯

- ◇といた米 2合・・・A
- ◇人参(干切り) 35g・・・C
- ◇鶏胸肉もしくは鶏もも肉 100g・・・C
- ◇きのこ 35g (ネギなどのお好みの野菜でも可)・・・C
- ◇醤油 30cc・・・B
- ◇みりん 15cc・・・B
- ◇料理酒 15cc・・・B
- ◇ネギ油 15cc・・・B
- ◇顆粒和風出汁 5g・・・B

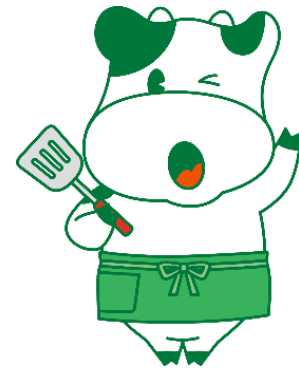


- ①お米を2合分研ぎます。【※固めに仕上がるので水の分量はお好みで】
- ②AにBを加えて混ぜます。
- ③さらにCを加えてます。【※その際に②に混ぜないで上にのせるようにする】
- ④通常通り炊飯する。
- ⑤炊き上がったら、具材を混ぜながら蒸らして完成。

ねぎ油おすすめレシピ

黒田五寸人参のキャロットラペ

- ◇人参(黒田五寸)・・・500g
- ◇酢 10cc・・・B
- ◇レモンジュース 10cc・・・B
- ◇ネギ油 30cc・・・B
- ◇塩 2g・・・B
- ◇オレンジジュース 20cc・・・B
- ◇ブラックペッパー 適量・・・B



- ①人参を千切りにします。
【Point：チーズ削り器やピーラーなどで線状またはリボンのようにすると食感がとても良いです♪】
- ②Bを全てボウルで混ぜます。
- ③①と②を混ぜます。軽く水分が出るくらいよく馴染むように良く混ぜます。
- ④10分ほど置いておきます。
- ⑤しんなりしていれば、水分と人参を再度良く混ぜて完成。

ねぎ油おすすめレシピ

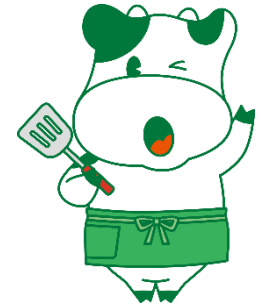
ねぎ油ドレッシング

〈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・・・少々



沃土会生産者

おすすめの食べ方！

日本のファストフード「卵かけごはん」に、醤油と「ねぎ油」をひと差してどうぞ！絶品です！

ねぎ街深谷ねぎ油 ！？

埼玉の誇る農産品といえば「深谷ねぎ」。パルシステム産地「沃土会」で大切に育てられた深谷ねぎと、国産圧搾一番搾り菜種油、国産ニンニク、生姜を、低温調理にて約5時間かけてじっくり油に抽出させました。

