

～Paprikaピクルス～



-材料 (作りやすい分量) -

パプリカ (赤・黄・オレンジ)	各1/2個
かぶ	2個
きゅうり	1本
ハーブ (ローリエ)	2枚
とうがらし	1本
水	200m l
A	{ 酢 300m l
	砂糖 70g
	塩 小さじ1

-作り方-

- 1) パプリカは種とわたを取ってから食べやすい大きさに切り、サッと茹でてザルで上げておく
- 2) きゅうり・かぶは食べやすい大きさに切る
- 3) 鍋に水・ローリエ・とうがらしを入れて沸騰させたら、火を止めてAを加えてよく混ぜ合わせる
- 4) 3の荒熱が取れたら1と2を漬ける。

POINT!

※ハーブは (ローリエ以外でも) お好きなものでOKです。

酸っぱい仕上がりになっています。砂糖・塩の量はお好みで調整してください。

～Swan dream group～

株式会社 スワンドリーム
株式会社 I LOVE ファーム登米
リッチフィールド栗原 株式会社



TEL 228-59-2280