



新しょうが

しょうがの...旬?!

それは“秋”でした。

一般的なしょうがと違い、爽やかな風味が特徴です。
(これを適切な環境で貯蔵したものが一般的なしょうがです)

いろいろな使い方

一般的なしょうがと同じ使い方をしてても全く異なる印象に。
皮は柔らかいのでむかずにそのまま使うと風味よくいただけます!

生だとそのままでも
紅生姜みたいな味!



生姜焼きでも甘みを感じるので
辛さが苦手な方向けに!

すり下ろした“薬味”としての使い方よりも、オススメは細かく切って
“新しょうが自体を味わえる”主役のおかずや箸休めに!

新しょうがの甘酢漬け(ガリ)

100gほどのしょうがを薄く切る。
1分ほどゆで、ざるにあげて塩を軽く
まぶして冷めたら絞る。甘酢材料を
軽く沸騰させて冷まし、
一晩漬けて完成!

甘酢材料:
米酢 60cc
砂糖 15g
水 100cc



切ってかき揚げ
に混ぜるのが
実はイチオシ!

やさい王国の

とれたてたより

第24回



日本野菜ソムリエ協会認定
野菜ソムリエ

伊藤 眞作

(昭和村地域おこし協力隊)

