

# たけはら食育未来会議「タケノコを使った我が家の自慢料理」

## 入 賞

メニュー名	竹の子酢の物 
<p>材 料【 4 人分】</p> <p>たけのこ 1/2本（約200g）          木の芽 8枚          にんじん 1/2本（1/4本でもよい）</p> <p>【漬け液】</p> <p>酢 120cc          水 120cc          砂糖 大2と1/2          塩 大1/2弱</p>	<p>作り方 【調理時間 約 分】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 茹でたたけのこは、1cm幅のたて切りにして鍋にたっぷり湯（分量外）と一緒にに入れて1分ほど茹でる。それをザルにあげる。</li> <li>2. にんじんは型抜きで花形に切る（薄く）</li> <li>3. 別の鍋に漬け液を入れて火にかけ、中火でひと煮たちさせる</li> <li>4. 3. が熱いうちに1. 2. 木の芽を一緒に保存容器に入れる。</li> </ol>
<p>コツやポイント</p> <p>* 2時間程度漬けると食べられる。一夜漬けるとより美味しくなります。</p> <p>（水煮のたけのこでもいい）</p>	
<p>アピールポイント・料理にまつわるエピソード</p>	
<p>たけのこをたくさん頂いたとき日持ちができるので、一度に食べられないときに漬けておくとい</p>	