

# 白菜キムチ

ごはんが進みます。

豚肉のキムチ炒めや鍋物に使ってもよい。

## 【材 料】 4人分

白菜	2kg	とうがらし粉	1/2カップ
塩	200g	イワシエキス	大さじ3
大根	400g	アミの塩辛	大さじ2
青ねぎ	1わ	砂糖	大さじ
りんご	1/2個		
にんにく	2かけ		
土しょうが	1/2かけ		



- ① 白菜はザク切りにし、塩を入れて混ぜ、重石をして1時間ほどおく。少ししんなりしたら洗って絞る。
- ② 大根は皮をむいて太めの千切り、りんごは皮のまま太めの千切り、青ねぎは4 cm 長さに切る。
- ③ にんにく、土しょうがはみじん切りにする。
- ④ 全ての材料をませ合わせ、冷暗所におく。

※ とうがらし粉はキムチ用を使う。量は好みで増やしてもよい。

※ 3日くらいしてから食べるとよい。