

# Message from AsahiKASEI

☆お正月のお祝いには欠かせない「おせち料理」。伝統を大切にしつつも、手間を省きながら上手に準備をしたいもの……。当社の製品を使って、調理作業をスムーズにする便利なアイデアとおすすめレシピを紹介します。

## ●菊花かぶ



ジップロック®ストックバッグ

①かぶは葉を落とし、皮をむく。切り口を下にしてまな板に置く。最後まで切り落とさぬように注意しながら、縦に細かく切り目を入れる。垂直にかぶの向きを変え、同様に切れ目を入れる。(割り箸をかぶの手前と向こう側に置いて切ると、失敗なくできます。)



材料 (6 個分)  
かぶ…小 6 個  
A 塩水  
水…1 カップ  
塩…小さじ 1 強  
B 甘酢  
酢…大さじ 4  
砂糖…大さじ 3  
塩…小さじ 2/3  
赤唐辛子…1 本

②「ジップロック®ストックバッグ (中)」にAを入れ、よく溶かす。①のかぶを加え、空気を抜いてジッパーを閉め、30 分ほどおく。(ストックバッグを横置きする場合は、下に受け皿などをご使用ください。) しんなりしたら漬け汁ごとザルにあけ、軽く水気をしぼる。  
③「ジップロック®ストックバッグ」にBを入れ、よく混ぜ合わせ甘酢を作る。かぶを戻し入れ、空気を抜いてジッパーを閉め 1 時間ほど漬ける。

★ストックバッグで漬けると、少量の調味液でも食材に行き渡る上、保存も省スペースで済みます

## ●田作り



クックパー®クッキングシート

①ごまめは「クックパー®クッキングシート」の上に広げ、電子レンジ(200~300W)で約 6 分加熱し、カリッとさせる。

②なべにAを入れて火にかけ、弱火で焦がさないように熱し、とろみがついたら①を入れてからめ、「クックパー®クッキングシート」の上に広げてきます。



材料 (4~6 人分)  
ごまめ…40 g

A  
砂糖…大さじ 2  
醤油…大さじ 1  
酒…大さじ 1

★ごまめをカラッと煎るのは結構根気のいる作業ですが、「クックパー®クッキングシート」にのせて電子レンジで加熱すれば、簡単に仕上がります。

☆お正月用の野菜や薬味類など、あらかじめ下ゆでしたり、刻んだりした上で冷凍しておく  
くと、必要な時に必要な量だけ使えるため、とても便利で経済的。当社の製品を使って、  
ほうれんそうとゆずを上手に保存する方法を紹介します。

## ●ほうれんそう

☆POINT：下ゆでしたから包み、小分けにして冷凍保存

①ほうれんそうを固めにゆでて水にとり、水気を絞って食べやすい長さに切ります。  
1回分ずつ薄く広げ、サララップ®でぴったりと包みます。



②小分けにしてサララップ®で包んだほうれんそうを、ジップロック®フリーザーバッグに入れ、ダブルジッパーを開けて冷凍室に入れて保存します。



使用する時は自然解凍または電子レンジで解凍し、水けをしぼって年越しそばやお雑煮の具材などに。そのほかおひたし、ソテーなど普段の食事にもさっと使えて便利です。

## ●ゆず

☆POINT：少量ずつ包んで

皮を薄くむき、少量ずつサララップ®に包んで、ジップロック®フリーザーバッグに入れて冷凍室へ。香りや風味をそのまま保存できます。椀物の吸い口や料理の香りづけに使います。



サララップ®



ジップロック®フリーザーバッグ