副食

たまねぎ麹

材料［4人分］

- たまねぎ：1個（200g）
- 北海道玄米糀：100g
- 自然塩：35～40g

作り方

1
たまねぎはすりおろします。(フードプロセッサーを使用してもOK)

2
"1"と他の材料を良く混ぜ合わせます。

3
1日1回かき混ぜながら、常温で1週間程度で完成です。

［ワンポイントアドバイス］

- 完成後は冷蔵庫で保存し、お早めにお使いください。
- 甘みと旨みが強く、和洋中どれでも合う万能うまみ調味料です。スープの素やドレッシングなどにもおすすめです♪
- 北海道玄米糀は、自然食ショップ「元氣倶楽部」で購入できます。
  TEL:03-3632-5533