

練馬大根の「たくあん」オススメの食べ方を紹介!

農家
オススメ

ご飯がモリモリ進む!

たくあんと白ご飯



田柄すずしろ農園
吉田真理子さん

王道の組み合わせはやっぱり最高!
練馬大根のたくあんは、江戸時代から作られているんですよ! 伝統の味を、白ご飯と一緒に召し上がれ♪



練馬大根のたくあんが完成するまで

練馬大根は細く長いのが特徴で、折れないように注意しながら丁寧に引き抜きます。その後、きれいに洗い、約10日間天日干しすることで水分が抜け、たくあんに適した状態になります。最後に、約2カ月間漬け込んで熟成させると完成です。



伝統的な干し方「たち編み」

漬物屋
オススメ

あえるだけ!
簡単おいしい!

たくあん入りポテトサラダ



たくあんのクリームチーズあえ

歯切れのいい食感が特徴の練馬大根のたくあん。ひと手間加えるだけでおいしい料理に変身! チャーハンに入れてもおいしいですよ! お試しください!



株式会社岡田社長
岡田隆さん

作り方

みじん切りしたたくあんに、ポテトサラダに混ぜたり、クリームチーズとあえてクラッカーにのせたり、簡単なアレンジでおいしく食べられます。

ねり漬.comでレシピを紹介▶



料理
研究家
オススメ

おうちで海外気分♪

たくあん入り台湾風卵焼き

お子さんでもおいしく食べられる楽うまレシピです! 材料も少なく、パパッと作れるのでオススメです! 今日のごはんのおかずはいかがですか!



※きじまりゅうたさんのレシピを参考に
広聴広報課職員が作りました。

作り方

- 材料(2人分)**
- たくあん…100g
 - 細ネギ…3本
 - 卵…3個
 - ごま油…大さじ1/2
 - ごま油(焼き用)…大さじ1/2
 - ★しょうゆ…小さじ1
 - ★こしょう…少々

- 手順**
- 1 細ネギは3cmの長さに、たくあんは5mm幅の半月切りか、いちょう切りにする
 - 2 卵を溶きほぐして★を混ぜる
 - 3 24cm程度のフライパンに、ごま油を入れて火にかけて温まったら、たくあんと細ネギをしんなりするまで2分ほど炒める
 - 4 2の卵液を注ぎ、大きくかき混ぜる
 - 5 焼き色がついたら裏返し、ごま油を足して全体がカリッとするまで炒めて完成!



料理研究家

きじまりゅうたさん

JA東京あおばの広報紙で連載を担当するほか、NHKの料理番組などに出演

JA東京あおばホームページでレシピを紹介▶



＼買えるのは今だけ!／

練馬大根のたくあんはココでも買える!



オンライン

申込期限 1/31(金)

練馬大根のたくあん以外の漬物も購入できます。2月14日(金)ごろにクール宅配便で発送します。

郵送・ファクスでも

申込期限 1/27(消印有効)

区民事務所(練馬を除く)やココネリ3階、石神井観光案内所、経済課(区役所本庁舎9階)などにある注文書を、練馬漬物事業組合へ。



ねり漬.com

JA東京あおば

販売開始 2/10(月)

販売場所・問合せ

練馬地区アグリセンター(春日町1-17-34) ☎3999-7851
とれたて村石神井(石神井町5-11-7) ☎3995-3132
ふれあいの里(桜台3-35-18) ☎3991-8711
こぐれ村(大泉学園町2-12-17) ☎3925-3113
にりん草(板橋区高島平3-12-21) ☎3975-2189

※なくなり次第終了。

※営業日時はJA東京あおばホームページをご覧ください。

