



調理時間 25分

### 材料 4人分

キャベツ	250g
きゅうり	1本
にんじん	1本
セロリ	1本
塩	小さじ 1強
とうがらし	1本
花椒 (山椒の実)	小さじ 2
サラダ油	大さじ 3
砂糖	大さじ 3
酢	大さじ 4と1/2

### 作り方

1. キャベツは芯のかたい部分を除いて大きな、ざく切りにします。きゅうりは4～5cm長さ、縦6～8等分に切ります。にんじん、セロリも同様に切ります。
2. 上記1. に塩(小さじ1強)をして野菜の繊維をこするように力強くもみます。
3. 小鍋にサラダ油、唐辛子、花椒を入れて熱します。香りがしてきたら火を止めます。やや冷ましてから砂糖と酢を加えます。
4. 上記2.の野菜の水気を絞ってボールに入れ、上記3.を回しかけて混ぜます。



### アドバイス

- ◎ 冷蔵庫の中に残っている白菜や大根などでも作れます。  
また冷蔵庫で3～4日持ちますので時間が有る時に作り置きをお薦めします。