

# 白菜キムチ



おいしい  
よ!!

## 〈材料〉

- 白菜(中) ... 1
- 塩 ... 大さじ1
- りんご ... 2ヶ  
(お好みですりおろすか千切り)
- かつお節 ... 小袋 3ヶ
- 塩こんぶ ... 小袋 1ヶ
- 人参(小) ... 1本
- にんにく(小) ... 1コ
- ムービー ... カップ1  
(キムチのもと)

## 〈作り方〉

- 1) 白菜を  $\frac{1}{4}$  ずつにカットする。
- 2) 根本に塩大さじ1杯位、予備水(大さじ4)を少し入れて塩漬けする。3日間位、重石をして水があがったら石を軽くする。
- 3) 具々を合わせて塩漬けした白菜の間に1枚ずつはさまい。袋や漬物用の容器フードパック(ジップロック)に入れて 2~3日後から食べられます。