

◆こかぶ蒸し（2人前）

- こかぶのすり下ろし・・・80g
- ホタテの貝柱・・・2ヶ 生に塩少々。片栗粉を塗り揚げる
- 卵白・・・2個分
- だし汁（鰹）・・・80cc
- 醤油・・・10cc
- みりん・・・10cc
- 片栗粉・・・適量
- こかぶの葉・・・適量
- サラダ油・・・適量



◆こかぶ揚げ饅頭

- ホタテ・・・15g
- こかぶ（すりおろし）・・・20g
- 醤油、砂糖、みりん・・・煮合わせる
- みそ、砂糖、みりん・・・煮合わせる

饅頭の皮

- こかぶ（すりおろし）・・・65g
- 餅粉・・・30g
- サラダ油で揚げる！！



◆カルパッチョソース

和風ソース

- 昆布ポン酢・・・30g  
（ポン酢1合、だし汁0.3合、醤油0.7合、みりん1合）
- こかぶ・・・15g
  
- マヨネ風味・・・30g  
（レモン汁少々、オリーブオイル20g、酢少々、塩少々）
- こかぶ・・・20g

