



同志社女子大学
キャラクター VIVI

京野菜 de バーニャカウダ風



京都府広報監 まゆまる
©京都府 まゆまる 15072

スティックにした京野菜にマヨネーズをベースにした
カラフルなディップソースをつけて♪



盛り付け例 (写真は2人分)

材料 (4人分)

- <スティック野菜 (素材例)>
- 万願寺とうがらし…………… 1本
 - 京こかぶ…………… 1個
 - 金時にんじん…………… 1本
 - 堀川ごぼう…………… 1/3本
 - 賀茂なす…………… 1/2本
 - 赤オクラ・オクラ…………… 2本
 - ラディッシュ(葉付き)…………… 2個
 - サラダ油…………… 適量

- <ディップソース (素材例)>
- [A] 九条ねぎ(小口切り)…………… 25g
 - [A] 西京みそ…………… 25g
 - [B] しば漬け(みじん切り)…………… 25g
 - [C] すくき漬け(みじん切り)…………… 25g
 - [D] たくあん漬け(みじん切り)…………… 25g
 - [E] らっきょう漬け(みじん切り)…………… 50g
 - [E] わさび(チューブ入り)…………… 10g
 - [F] 京こかぶの葉(みじん切り)…………… 50g
 - [F] キュービー Italiante
バジルソース…………… 適量
 - [G] 西京みそ…………… 50g
 - [G] キュービー あらびきマスタード…………… 適量
 - キュービー マヨネーズ…………… 各50gずつ

作り方 (調理時間30分)

1. 【ディップソース】マヨネーズ各50gにA・B・C・D・E・F・Gを混ぜ合わせる。
2. 万願寺とうがらし、賀茂なすは食べやすい大きさにカットしてフライパンで焼く。
3. 堀川ごぼうは、斜めにスライスして素揚げする。
4. 京こかぶ・金時にんじん・オクラ(塩で板ずりして洗う)・ラディッシュはそれぞれ食べやすい大きさにカットし、器に盛り付ける。

