

「第1回奥ひの青パパイヤ料理コンテスト in 日野町」優秀賞

1 料理名	カリカリヅケ													
2 料理写真														
3 材料	<table> <thead> <tr> <th>材料名</th> <th>分量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>○青パパイヤ</td> <td>100g</td> </tr> <tr> <td>○にんにく</td> <td>1かけ</td> </tr> <tr> <td>○醤油</td> <td>大さじ4</td> </tr> <tr> <td>○ごま油</td> <td>大さじ4</td> </tr> <tr> <td>材料費（2名分）</td> <td>80円</td> </tr> </tbody> </table>	材料名	分量	○青パパイヤ	100g	○にんにく	1かけ	○醤油	大さじ4	○ごま油	大さじ4	材料費（2名分）	80円	
材料名	分量													
○青パパイヤ	100g													
○にんにく	1かけ													
○醤油	大さじ4													
○ごま油	大さじ4													
材料費（2名分）	80円													
4 作り方	① 青パパイヤの皮をむき、2, 3mm程度の厚さの食べやすい大きさに切る。 ② 水にさらしてアクを抜き、水気を切っておく。 ③ にんにくをスライスする。 ④ 醤油、ごま油を合わせたものに青パパイヤ、にんにくを入れ、1~2時間おく。													
5 アピールポイント	<ul style="list-style-type: none"> カリカリ食感がくせになる！ 白ごはんがすすむすすむ！！ 漬け汁を別の料理の調味料に使ってもGood！！ 													