

丸干し大根アレンジレシピ

Dried Radish Arrangement Recipes



丸干し大根 調理上のトリセツ

丸干し大根は乾物です。そのため調理前には下処理が必要です。戻し方は水または湯を使うのが一般的ですが、煮物等を作る場合は乾燥したままを一気に圧力鍋で調理する直使いをお勧めします。短時間で驚くほど柔らかく煮あがります。

1. 直使い（圧力鍋調理）

軽く洗い、水気を絞る。

丸干し大根だけなら加圧5分。肉と一緒に煮込んでも10～15分程で（肉の厚みによります）調理でき、戻す手間と時間が省けます。



2. 水戻し

軽く洗い、水気を絞る。

たっぷりの水に15分程つけて戻し水気を絞る。圧力鍋を使わずに作る時の煮込み料理に、また和え物に使用します。



3. 湯戻し

軽く洗い、水気を絞る。

たっぷりの熱湯に5分程つけて戻し水気を絞る。サラダ、酢の物等、食感と楽しむ料理、はりはり漬け等のお漬け物に適しています。また、食感を残したい炒め物にも使用します。



レシピで使用している2つの漬け丸干し大根

丸干し大根アレンジレシピでは、味付けを施した漬け丸干し大根を素材に使用している料理が多数あります。以下の2種類の漬け丸干し大根がそれにあたります。予め料理の前に作っておくことをお勧めします。

甘醤油漬け丸干し大根

和え物、炒め物、肉まんの具、トッピング、ドレッシング等で使います。またそのままお漬物としてもいただきます。



【作りやすい分量】

丸干し大根	50g
醤油	100ml
みりん	100ml

- ① 湯戻した丸干し大根は水気を絞る。
- ② 保存袋に①、醤油、みりんを入れて混ぜ合わせる。
- ③ 冷蔵庫に入れ3～4時間以上漬ける。

甘酢漬け丸干し大根

サラダ、和え物、ソース等で使います。またそのまま甘酢漬けとしてもいただきます。



【作りやすい分量】

丸干し大根	50g
酢	60ml
砂糖	大さじ3と1/2
塩	小さじ1/3

- ① 湯戻した丸干し大根は水気を絞る。
- ② 保存袋に①、醤油、みりんを入れて混ぜ合わせる。
- ③ 冷蔵庫に入れ3～4時間以上漬ける。

丸干し大根と柿の白和え



【材料】2～3人分

丸干し大根(湯戻し)	4～5枚	練り胡麻	20g	} A
柿	1/2個	白だし	小さじ1/2弱	
豆腐	100g	砂糖	小さじ1/2	
		塩	一つまみ	

【作り方】

- ① 丸干し大根は水気を絞り7mm幅に切る。柿は皮を剥き、種があれば取り除いて1.5cm角に切る。
- ② 豆腐は600Wのレンジで1分加熱し、粗熱を取ってから布巾またはキッチンペーパーで包んで水気を絞る。
- ③ ボウルに②とAを混ぜ合わせ、①を加えてさっくりと和える。

ひとこと

食感が似ているクラゲに見立て、丸干し大根を白和えに仕立てました。上品な一品です。水分が多い生の大根では不向きな衣和えも、丸干し大根を使えば衣が流れることなく絡みつくので、味がぼやけることもありません。

丸干し大根と貝柱のマヨネーズ和え ☆



【材料】2人分

甘酢漬け丸干し大根	4~5枚	マヨネーズ	適宜	} A
貝柱缶詰(割れ)	小1個	柚子胡椒	少々	
かいわれ大根	適宜	柚子果汁	少々	

【作り方】

- ① 甘酢漬け丸干し大根は水気を絞り5mm幅に切る。貝柱は汁気を切る。
- ② ボウルに①を入れ、Aを加えて和える。器に盛りかいわれをのせる。

ひとこと

甘酢漬けの丸干し大根を使うため、マヨネーズで和えるだけでしっかりと味つけに仕上がります。また生大根を使うのとは違い、時間が経っても水っぽくならず最後の一口まで美味しくいただけます。

☆ 同じ食材を使った「ドライラディッシュと貝柱のサラダ」のレシピがあります。

丸干し大根の胡麻酢和え ☆



【材料】2人分

丸干し大根（湯戻し）	4～5枚	練り胡麻	大さじ1	} B
きゅうり	5cm	醤油	小さじ1/2	
鶏ささみ	1本	砂糖	大さじ1	
酒	大さじ1/2	酢	小さじ1強	
塩、生姜汁、片栗粉	各少々	白だし、みりん	少々	
すり胡麻	適宜	（胡麻油	適宜）	

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く絞り7mm幅に切る。きゅうりも7mm幅の細切りにする。
- ② 鶏は筋を取り除きAをまぶす。耐熱皿にのせて軽くラップをし、600Wのレンジで1分程加熱する。そのまま冷ましてから粗くほぐす。
- ③ ボウルにBを合わせ①、②を加えて和える。練り胡麻が硬い場合は胡麻油を加えて緩める。器に盛りすり胡麻をかける。

ひとこと

丸干し大根は胡麻との相性が抜群です。コリコリとした食感はクラゲを連想させます。

☆ 同じ食材を使った料理「中華風冷製」のレシピもあります。

丸干し大根と鶏手羽中の旨煮



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	30g	水	200ml
鶏手羽中	10本	醤油、みりん	各大さじ1と1/2
万能ねぎ	適宜	酒	50ml
		砂糖	小さじ1
		めんつゆ	小さじ1/2

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗い水気を絞る。
- ② 万能ねぎ以外の材料を圧力鍋に入れ、蓋をして強火で圧力をかける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、10分間加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置する。
- ③ 器に盛り、小口切りの万能ねぎをのせる。

ひとこと

丸干し大根を使うことで、今まで味を含めるのに時間がかかっていた大根料理が短時間でトロトロに煮上がります。味の浸み込みも抜群です。

豚の角煮と丸干し大根のこっくり煮



【材料】3～4人分

丸干し大根(直使い)	25g	水	200ml	} A
豚バラ肉塊	500g	醤油	70ml	
生姜薄切り	1片分	酒、みりん	各50ml	
長ねぎ(青い部)	2本分	砂糖	大さじ2～3	
茹で卵	3～4個			

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗って絞る。
- ② 豚肉は5cm角に切り、下茹でしてザルにあげる。
- ③ ①、②、生姜、長ねぎ、Aを圧力鍋に入れ、蓋をして強火で圧力かける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、30分間加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置する。
- ④ ③にゆで卵を入れ、色がつくまで煮込み器に盛る。

ひとこと

豚バラ肉の脂と煮汁が浸み込んだ丸干し大根は、主役の角煮に負けない後引く美味しさです。生の大根では30分の加圧は耐えられませんが、丸干し大根なら肉と一緒に一気に調理でき溶ける心配もありません。

揚げ丸干し大根の含め煮



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	10~12枚	水	200ml	} A
揚げ油	適宜	酒	50ml	
柚子の皮せん切り	適宜	醤油	大さじ1	
		砂糖	小さじ1	
		めんつゆ	少々	

【作り方】

- ① 丸干し大根は洗わずそのまま低温の油で揚げる。焦げやすいので気を付ける。
- ② 鍋に①とAを入れ5分程煮て、器に盛り柚子を飾る。

ひとこと

揚げた丸干し大根は味が直ぐに浸み込むので、時間がかかる大根の含め煮もあっという間に出来上がります。またコクと深みが出るので、生の大根とは違う凝縮された旨味を楽しむことができます。

鯛の酒蒸し 丸干し大根薬味かけ



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根		長ねぎ(青い部分)20cm	
	3~4枚	酒	大さじ1と1/2
鯛	2切れ	サラダ油	大さじ1
塩	少々	甘醤油漬け汁	大さじ1
生姜薄切り	2枚	醤油	小さじ1と1/2
長ねぎ(白い部分)	10cm		

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、5mm幅に切る。長ねぎの白い部分を5cm長さに切り、せん切りにして水に晒してから絞る。
- ② 鯛の両面に塩をし、5分程置いて水気を拭う。新たに鯛に軽く塩をする。
- ③ 耐熱皿に半分の長さに切ったねぎの青い部分を2本並べ、その上に鯛を置いて上からAを回しかける。ラップをして600Wのレンジで3~4分加熱する。
- ④ ③を器に盛り、①を上のにせ、合わせたBをかける。

ひとこと

さっぱりといただける一品です。お好みで熱々に熱したサラダ油や胡麻油等を豪快にかけていただいても。

魚にのせた薬味は、他の料理の薬味としても重宝です。ラー油などと和えていただくご飯のおともとしても召し上がっていただけます。

丸干し大根のなます



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根

7～8枚

人参

5cm長さ少々

(大根の1～2割量)

塩

少々

柚子の皮せん切り

少々

漬け汁

適宜

【作り方】

- ① 甘酢油漬け丸干し大根は軽く絞り、7mm幅に切る。
- ② 人参は縦に薄切りにし、3～5mmの細切りにして塩をまぶす。
- ③ ②から水が出てしんなりしたら、軽く洗い水気を絞る。
- ④ ボウルに①、③、柚子の皮を入れて和え、器に盛る。甘酢の漬け汁をお好みでかける。

ひとこと

甘酢漬け丸干し大根の漬け汁を利用した簡単なますです。
漬け汁が濃く感じる場合は水で薄めておかけください。

貝柱のレモン甘醤油丸干し大根和え



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	4~5枚	塩、レモン汁、漬け汁、 胡椒、サラダ油	各適宜
帆立貝柱	5~6個	ディル等のハーブ	適宜

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、粗みじんに切る。貝柱は食べやすい大きさに切る。
- ② ボウルに①、塩、レモン汁、胡椒、サラダ油を加えて和える。器に盛りディル等のハーブを飾る。

ひとこと

甘醤油漬け丸干し大根の歯ごたえが、貝柱のねっとりした食感を逆に引き立たせます。

サラダ油を胡麻油やオリーブオイルに替えることで、中華やイタリアンに仕立てることができます。

丸干し大根入りばくだん



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	5～6枚
刺身	数種
納豆	適宜
大葉	2～3枚
わさび醤油	

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、ざく切りにする。刺身は1cm角に切る。
- ② 器に①を盛り、せん切りの大葉を添える。わさび醤油をかけ混ぜ合わせていただく。

ひとこと

納豆と刺身の柔らかさと、丸干し大根のコリコリとした歯ざわりが一体となり、小気味よい一皿に仕上げました。

丸干し大根とクリームチーズの酒肴



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根 6枚
クリームチーズ 30～40g

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞る。
- ② クリームチーズを6等分し、①で包むように巻く。

* ひとこと *

甘醤油丸干し大根はチーズとの相性が良く、簡単な酒の肴として適しています。

丸干し大根の旨煮炒め



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	7~8枚	} A
生姜	1/2片	
漬け汁	大さじ1	
酒、水	各大さじ1	
七味唐辛子	少々	

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、7mm幅に切る。生姜はせん切りにする。
- ② サラダ油で①を炒め、Aを加えて汁気がなくなるまで炒め煮にする。
- ③ 器に盛り、七味を上から振りかける。

ひとこと

とにかくご飯が進む一品です。ご飯のおともには勿論、常備菜やお漬物代わりにいつでも常備しておきたい一品です。

丸干し大根の甘糍べったら



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	25g	} A
甘糍	大さじ4	
みりん	大さじ1	
塩	少々	
柚子の皮せん切り	適宜	

【作り方】

- ① 丸干し大根は水気を絞る。
- ② 甘糍床を作る。保存用袋にAを入れて混ぜ合わせる。
- ③ ②に①を加え、全体に行きわたるよう上から揉んで馴染ませる。冷蔵庫に入れ一日以上寝かせる。
- ④ 甘糍床を洗わずに器に盛り、柚子を飾る。

ひとこと

自家製の簡単べったら漬けです。市販のものとは歯ごたえが爽快です。また、食べたいときに食べたい分だけ作れることが利点です。

丸干し大根のはりはり漬け



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	25g
酢	大さじ2
醤油、みりん	各大さじ2と1/2
砂糖	小さじ1/2
輪切り唐辛子	適宜

【作り方】

- ① 丸干し大根は水気を絞る。
- ② 保存袋などに全部の材料を入れて混ぜる。冷蔵庫に入れ一日以上寝かす。

ひとこと

お馴染みのはりはり漬けです。文句なしの美味しさです。

丸干し大根の甘酢漬け



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	50g
酢	60g
砂糖	大さじ3と1/2
塩	小さじ1/3
七味唐辛子	適宜

【作り方】

- ① 湯戻しした丸干し大根は水気を絞る。
- ② 保存袋に①、醤油、みりんを入れて混ぜ合わせる。冷蔵庫に入れ3～4時間以上漬ける。
- ③ 器に盛りお好みで七味を振る。

ひとこと

レシピ内でも材料として多数使用している「甘酢漬け丸干し大根」です。常備菜としてストックしておく、様々な料理に活用できて大変重宝です。

丸干し大根の甘醤油漬け



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	50g
醤油、みりん	100ml
生姜	少々

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く絞る。刺身は大根の大きさに合わせて切る。
- ② 器に盛り、針生姜をのせる。

ひとこと

レシピ内でも多数使用している「甘醤油漬け丸干し大根」です。丸干し大根料理には欠かすことのできないお漬物です。お漬物や酒肴に最適です。

丸干し大根のぬか漬け 沢庵風



【材料】2人分

丸干し大根(水戻し) 5~6枚
お好みの野菜
ぬか床

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く水気を絞る。ぬか床に漬け一日以上寝かす。

ひとこと

自家製の即席沢庵漬けです。
食べたいときに食べたい分だけ作れるので大変重宝です。

焼き丸干し大根と鶏の炊き込みご飯



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	10枚程度	塩	小さじ1/3	} A
鶏もも肉	1/2枚	醤油	小さじ2	
油揚げ	1枚	酒	大さじ1	
米	2合	みりん	大さじ1/2	
昆布	5cm角	きざみ海苔	適宜	

【作り方】

- ① 米は研いで1.5合の水位線まで水を張り、昆布を加え30分以上浸漬する。
- ② 丸干し大根はさっと洗い水気を絞り、軽く焦げ目がつく程度に空炒りする。鶏は2cm角に切り、醤油少々(記載外)で下味を付ける。油揚げは油抜きをして半幅に切り、更に7mm幅に切る。
- ③ ①にAを加え、既定の水位線まで水を足す。②を加え普通に炊飯し、器に盛り海苔をのせる。

ひとこと

丸干し大根を焼き付けることで、大根特有の臭みが香ばしさへと変わります。

揚げ丸干し大根のお味噌汁



【揚げ丸干し大根の材料】2人分

丸干し大根	6～8枚
揚げ油	
お味噌汁	

【作り方】

- ① 丸干し大根は洗わず乾燥したままを低温の油で揚げる。温度が上がるとどんどん焦げてしまうので気を付ける。
- ② お好みのお味噌汁に加え、ひと煮立ちさせる。

ひとこと

丸干し大根は揚げて煮ると直ぐに柔らかくなります。火を入れ過ぎたくないお味噌汁には最適な食材です。

丸干し大根と鶏の中華風冷製 ☆



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	4~5枚	漬け汁	大さじ4	} B
きゅうり	5cm	醤油、胡椒	各少々	
鶏ささみ	1本	胡麻油	適宜	
酒	大さじ1/2	かいわれ大根	適宜	
塩、生姜汁、片栗粉	各少々			

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く絞り、7mm幅に切る。きゅうりも7mm幅の細切りする。
- ② 鶏は筋を取り除きAをまぶす。耐熱皿にのせて軽くラップをし、600Wのレンジで30~40秒加熱して火を通す。そのまま冷ましてから粗くほぐす。
- ③ ①、②を盛り付け、合わせたかけ汁をかけてかいわれを添える。

ひとこと

食感がクラゲに煮ている丸干し大根は、中華食材として大変適しています。

☆ 同じ食材を使った「胡麻酢和え」のレシピもあります。

丸干し大根の豚キムチ



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	40g	酒	大さじ1	} A
キムチ	100g	醤油、みりん	各小さじ1/2	
ニラ	1/2把	胡麻油	小さじ1	

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く絞る。
- ② 豚は4cm幅に、キムチは一口大に、ニラは4cm長さに切る。
- ③ 胡麻油を熱し、①と豚を炒める。肉に火が入ったらニラとAを加え、全体に味を絡ませるように炒め合わせる。

ひとこと

豚キムチの旨辛味に、丸干し大根のパンチの効いた食感がベストマッチです。もう普通の豚キムチには戻れなくなるかもしれません。

丸干し大根とスペアリブの中華風スープ



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	20g	水	600ml
スペアリブ	300g程度	酒	50ml
生姜スライス	1片分	鶏ガラスープの素	小さじ1/2
にんにく	1片	塩	小さじ1/2
長ねぎ(青い部分)、セロリ	各10cm	胡椒	少々

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗い水気を絞る。
- ② スペアリブは塩を振り5分程置く。鍋にたっぷりの湯を沸かしてスペアリブを入れ、再沸騰したら取り出す。
- ③ 圧力鍋に②と残りの全ての材料を入れ、蓋をして強火で圧力をかける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、15分間加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置し、塩、胡椒で調味する。

ひとこと

時間がかかる大根の煮込み料理も、丸干し大根を使えば短時間でトロトロに煮上がります。

丸干し大根と豚の中華炒め



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	40g	酒	大さじ1	} A
豚もも薄切り肉	100g	砂糖	小さじ1/2	
(醤油、酒 片栗粉 各大さじ1/2)		醤油、胡椒	少々	
筍細切り	70g	サラダ油	小さじ1	
生姜薄切り	2~3枚	胡麻油	小さじ2	

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は水気を絞り、7mm幅に切る。
- ② 豚肉は細切りにし、()内の調味料を揉み込んで下味を付ける。
- ③ サラダ油で生姜と②を炒め、一旦取り出す。
- ④ 同じフライパンで①と搾菜を炒める。更に③、Aを加えて炒め合わせ、最後に鍋肌から胡麻油を回しかける。

ひとこと

中華料理の「搾菜肉絲」の搾菜を甘醤油丸干し大根に替えてみました。歯ごたえ、味ともに本家を超える美味しさです。

白身魚の丸干し大根ピリ辛あんかけ



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	5枚	漬け汁	大さじ1と1/2	} A
白身魚	2切れ	砂糖	小さじ1と1/2	
セロリ粗みじん切り	15cm分	醤油	大さじ1弱	
塩、胡椒、小麦粉	適宜	水	200ml	
長ねぎみじん切り	5cm分	鶏ガラスープの素	小さじ1/2	
生姜 みじん切り	1/2片分	胡椒	少々	
豆板醤	小さじ1/2	サラダ油	大さじ2	
		水溶き片栗粉	適宜	

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は水気を絞り、粗みじんに切る。
- ② 魚は軽く塩を振り、5分程置いてから水気を拭う。新たに塩、胡椒をし、小麦粉をまぶす。フライパンに半量のサラダ油を入れ、両面を焼いて火を通し器に盛る。
- ③ フライパンをきれいに拭き、残りのサラダ油を入れ、①、ねぎ、生姜、セロリを炒める。豆板醤を加えて少々炒め、Aを加えて煮立たせる。胡椒を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつけて②の魚の上にかける。

ひとこと

丸干し大根入りのあんが、白身魚の柔らかい食感にアクセントとなります。いつもより満足感を与えてくれる、ご飯が進むあんかけです。

パオズ 丸干し大根と豚の包子



【材料】6個分

〈あんの材料〉

甘醤油漬け丸干し大根 10枚

豚バラ肉 200g

酒 大さじ1と1/2

生姜汁 小さじ2

塩、胡椒 少々

長ねぎ 10cm

甘醤油漬け汁 小さじ1

オイスターソース 大さじ1/2

塩、胡椒、五香粉 少々

片栗粉 小さじ1

} A

} B

〈皮の材料〉

小麦粉 200g

ドライイースト 3g

砂糖 大さじ1

塩 ひとつまみ

ぬるま湯(40度程度) 110ml

サラダ油 大さじ1と1/2

【作り方】

皮を作る

- ① ボウルに小麦粉、ドライイースト、砂糖、塩を入れて混ぜる。ぬるま湯を2〜3回に分けて加え、ゴムベラ等を使い混ぜ合わせる。
- ② サラダ油を加えて馴染ませ、手で生地をまとめよく捏ねる。生地が滑らかになったら丸くまとめてボウルに入れる。ラップをして3倍に膨らむまで生地を発酵させる。
- ③ 発酵したら30cm程度の棒状に伸ばす。6等分に切り、切り口を上にして打ち粉を振る。上から押さえてつぶし、更に麺棒で丸く伸ばす。

あんを作る

- ④ 甘醤油漬け丸干し大根は水気を絞り、7mm幅に切る。長ねぎはみじん切りにする。
- ⑤ 豚肉は7mm幅に切り、ボウルにAと共に入れ下味を揉み込む。①とBを加え、よく混ぜ合わせて6等分にする。
- ⑥ ③で⑤を包み、10cm角のクッキングペーパーの上に乗せる。他の5個も同じように包む。
- ⑦ セイロに並べ、強火で15分間蒸す。

ひとこと

丸干し大根はとにかく中華料理との相性が抜群です。

包子だけでなく焼売、餃子、春巻き、小籠包などの飲茶料理にも向いています。

丸干し大根と搾菜の中華おこわ



【材料】3~4人分

丸干し大根(直使い)	25g	もち米	2合	} A
豚バラ薄切り肉	80g	酒、オイスターソース	各大さじ1	
搾菜	50g	醤油、鶏ガラスープの素	各小さじ1	
胡麻油	大さじ1	砂糖	小さじ1/2	
		胡椒	少々	
		鶏ガラスープの素	小さじ1	
		白胡麻	適宜	

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗い水気を絞る。豚肉と搾菜はひと口大に切る。
- ② フライパンに胡麻油を入れ①を炒める。肉に火が入ったらAを加えて炒め、味を絡ませる。そのまま粗熱を取る。
- ③ もち米は研いで炊飯器に入れて水を張る。鶏ガラスープの素を加えひと混ぜし、②を加えて普通に炊飯する。
- ④ 炊き上がったら器に盛り、白胡麻を振る。

ひとこと

乾燥した丸干し大根をそのまま使った手間いらずのおこわです。食物繊維たっぷりです。

丸干し大根のキムチ



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	30g
ニラ	1/2把
キムチの素	適宜

【作り方】

- ① 丸干し大根は水気を絞る。ニラは4cm長さに切る。
- ② ①とキムチの素を和える。

ひとこと

直ぐに食べられますが、最低1時間は寝かせたほうが美味しく召し上がれます。

ドライラディッシュのポタージュ



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	5~6枚	砂糖	2つまみ	} A
水	200ml	トマトケチャップ	少々	
コンソメ(顆粒)	小さじ1	生クリーム	50ml	
牛乳	200ml	胡椒、ナツメグ	各少々	
バター	大さじ1	オリーブオイル、ピンクペッパー	適宜	

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗い水気を絞る。
- ② 圧力鍋に①、水、コンソメを入れ、蓋をして強火で圧力をかける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、5分加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置する。
- ③ ②の粗熱を取り、ミキサーに入れて攪拌する。鍋に移し牛乳、バター、Aを加えて温める。沸騰直前で火を止めて生クリーム、ナツメグを加える。器に注ぎオリーブオイルを回しかけ、ピンクペッパーを飾る。

ひとこと

大根が素材とは思えないほど上品な味わいのポタージュです。
お味はカリフラワーのポタージュと似ています。

ドライディッシュのピクルス



【材料】2人分

丸干し大根(湯戻し)	5~6枚	酢	100ml	} A
人参	5cm	水	70ml	
きゅうり	10cm	砂糖	大さじ3	
プチトマト	4個	塩	小さじ1	
ディル等のハーブ	適宜	ローリエ	1枚	
		黒胡椒(ホール)	小さじ1/2	
		唐辛子	1本	

【作り方】

- ① 丸干し大根は軽く絞る。
- ② 人参は1cm角の拍子切りに、きゅうりは半分の長さに切り、1cmの拍子切りにする。プチトマトはヘタを取り、竹串で皮を所どころ刺す。
- ③ ピクルス液を作る。鍋にAを入れてひと煮立ちさせ、火を止めて冷ます。
- ④ 別鍋に湯を沸かして人参を入れ、時間差できゅうりを入れてから20秒ほど煮てザルにあける。
- ⑤ ピクルス液を保存袋などに入れ、①、④、トマトを加え冷蔵庫で半日以上寝かせる。器に盛りディル等を飾る。

ひとこと

丸干し大根の甘酢漬けとはまた違い、サラダ感覚でいただける一品です。

ドライディッシュ入りポテトサラダ



【材料】2人分

甘酢漬け丸干し大根	2～3枚	}	A
じゃがいも	1個		
人参	2cm		
きゅうり	3cm		
塩、酢、胡椒	少々		
漬け汁	大さじ1		
マヨネーズ	適宜		
パセリ	少々		

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、粗みじんに切る。
- ② じゃがいもはラップをし、600Wのレンジで3分間加熱する。竹串を刺して火の通りを確認し必要なら再加熱する。皮を剥き、芽を取って乱切りにし、熱いうちに酢と塩少々をまぶす。冷めるまで置く。
- ③ きゅうりは5mmの輪切りにし、塩少々をまぶす。しんなりしたら塩をさっと洗い流し絞る。
- ④ 人参は5mmのいちよう切りにする。茹でるかまたはラップをしてレンジで20～30秒加熱し、粗熱を摂る。
- ⑤ ボウルに①、②、③、④を入れ、マヨネーズで和える。器の盛パセリを飾る。

ひとこと

甘酢漬け丸干し大根はマヨネーズとの相性がとてもよいです。ねっとりとしたポテトサラダに丸干し大根の食感がアクセントとなり、食べ飽きません。

ドライラディッシュと貝柱のサラダ ☆



【材料】2人分

甘酢漬け丸干し大根	4～5枚	マヨネーズ	適宜	} A
貝柱缶詰	小1個	胡椒	少々	
プチトマト、レモン	適宜	レモン汁	少々	

【作り方】

- ① 甘酢漬け丸干し大根は水気を絞り、7mm幅に切る。貝柱は汁気を切る。
- ② ボウルに①を入れ、Aを加えて和える。器に盛り、プチトマトとレモンを添える。

ひとこと

甘酢漬けの丸干し大根を使うため、マヨネーズで和えるだけでしっかりとした味つけになります。また生大根を使うのとは違い時間が経っても水っぽくならず、最後の一口まで美味しくいただけます。

☆ 同じ食材を使った「丸干し大根と貝柱のマヨネーズ和え」のレシピがあります。

ドライディッシュとサーモンの前菜



【材料】2人分

甘酢漬け丸干し大根	4枚
スモークサーモン	4枚
サワークリーム	50~60g
パセリ	適宜

【作り方】

- ① 甘酢漬け丸干し大根は軽く絞る。1枚を広げ、サワークリームの1/4を包み込み、サーモンでその外側を巻きパセリを飾る。
- ② 残りの3枚も同様にする。

ひとこと

脂ののったスモークサーモンと甘酢漬け丸干し大根の甘酸っぱさを、サワークリームが上手にマリアージュしてくれました。意外な組み合わせですが、とても相性のよい美味しい一皿です。

ドライラディッシュと鶏の赤ワイン煮



【材料】2人分

丸干し大根(直使い)	30g	赤ワイン	400ml	} A
鶏もも肉	1枚	コンソメ固形	1個	
塩、胡椒、小麦粉	各少々	砂糖	小さじ1	
サラダオイル	小さじ2	バター	大さじ1	
		茹でブロッコリー	適宜	

【作り方】

- ① 丸干し大根はサッと洗って絞る。
- ② 鶏は所どころフォークで刺してから4等分に切る。塩、胡椒し、軽く小麦粉をはたく。
- ③ サラダ油で②を焼き、両面に軽く焦げ目がついたら一旦取り出す。
- ④ 圧力鍋に①、③、Aを入れ、蓋をして強火で圧力をかける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、10分間加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置する。
- ⑤ 弁が下りたら砂糖、バターを加え少々煮込む。器に盛りブロッコリーを添える。

ひとこと:

日本の伝統食材である丸干し大根を赤ワインで煮込み、フランスの伝統料理コック・オ・ヴァン風に仕立てました。赤く美しい野菜が丸干し大根だとは、言われなければきっとわからないと思います。

ドライラディッシュとイクラのバターレモンパスタ



【材料】1人分

甘醬油漬け丸干し大根	4~5枚	オリーブオイル	大さじ1
イクラ醬油漬け	大さじ2~3	バター	大さじ1
パスタ	80~90g	レモン	1/2個
		塩、胡椒	適宜

【作り方】

- ① 甘醬油漬け丸干し大根は水気を絞り、粗みじんに切る。イクラと共にボウルに入れ、漬け汁大さじ1(記載外)を加え軽く和える。
- ② レモンは皮を少々すりおろし、果汁を搾る。
- ③ 塩を入れたたっぷりな湯でパスタを茹でる。
- ④ フライパンにバターを溶かし塩少々をし、火を止めて②を加える。茹で上がったパスタと若干の茹で汁を加えて混ぜ合わせ、塩、胡椒で調味する。器に盛り、①をかける。

ひとこと

丸干し大根のコリコリ感とイクラのプチプチ感が相性抜群の一皿です。双方の良さを引き立たせるため、パスタはあえてシンプルな味付けにしました。

ドライラディッシュのコンポート



【材料】3～4人分

丸干し大根(直使い)	8～10枚	} A	フルーツソース
ドライプルーン	10～12粒		好みの果物
赤ワイン	200ml		アイスクリーム
水	100ml		ミントの葉
砂糖	大さじ1と1/2		各適宜

【作り方】

- ① 丸干し大根はさっと洗って水気を絞る。
- ② 圧力鍋に①とAを入れ、蓋をして強火で圧力をかける。圧力弁が上がったらごく弱火にし、5分間加圧して火を止める。弁が下がるまでそのまま放置する。
- ③ ②にプルーンを加え、煮汁が半量になるまで弱火で煮詰める。
- ④ 大根とプルーンを取り出し、好みの果物と共に器に盛る。アイスクリームを添え、フルーツソース、ミントの葉を飾る。

ひとこと

丸干し大根をコンポート仕立てのデザートにしました。プラムと合わせることで臭みが消え、大根とは思えないおしゃれな一皿となります。

丸干し大根のタルタルソース



【材料】2人分

甘酢漬け丸干し大根	5~6枚
マヨネーズ	100~150ml
茹で卵	1個
ピクルス(コルニッション)	2本
玉ねぎ	少々
胡椒	適宜
パセリ	適宜

【作り方】

- ① 甘酢漬け丸干し大根は軽く絞り、粗みじんに切る。茹で卵、ピクルスも粗みじんに切る。
- ② 玉ねぎはみじん切りにし、水に晒し水気を絞る。
- ③ パセリはみじん切りにし、飾り用少々を取り置いておく。
- ④ マヨネーズに材料を全て入れて混ぜる。器に入れ飾り用パセリを飾る。

ひとこと

甘酢漬け丸干し大根をマヨネーズで和えるだけで、しっかりとした味付けのタルタルソースになります。

丸干し大根のドレッシング



【材料】2人分

甘醤油漬け丸干し大根	2~3枚	} A
漬け汁	大さじ1	
酢	大さじ1弱	
醤油	大さじ1	
塩、砂糖	一つまみ	
胡椒	少々	
サラダ油	大さじ1と1/2	

【作り方】

- ① 甘醤油漬け丸干し大根は軽く絞り、粗みじんに切る。
- ② ミキサーに①とAを入れて滑らかになるまで攪拌する。
- ③ ②にサラダ油を加えて混ぜる。

ひとこと

絡みの良いドレッシングです。大根が使われているとは言われなければわからないぐらい、クセのないドレッシングです。サラダ油を胡麻油やオリーブオイルに替えたり、マリネ液やソースに使うなど様々なジャンルで活躍できます。