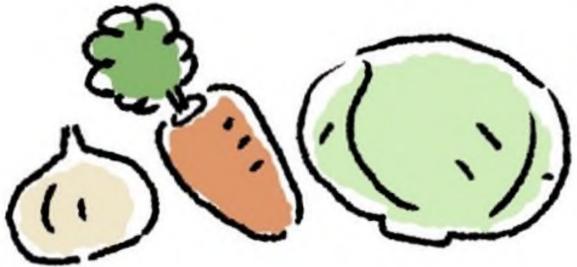


# 野菜くず<sup>o</sup> ドレッシング<sup>o</sup> の つくりかた



①

米酢	100ml
米油	150ml
てんさい糖	小さじ2
塩	小さじ1/2
しょうゆ	大さじ1

調味料を計り、  
ミキサーに入れる。

②

野菜くず 約150g  
(だいたい  
手のひらいっぱい)  
をミキサーに  
入れる。

野菜は生で食べられる野菜を。  
ニンジンのヘタや皮、  
キャベツの芯、玉ネギのヘタ、  
ネギの青い部分など。  
玉ネギかネギは必ず入れる。

※カボチャやジャガイモ、  
サツマイモなどは  
ドレッシングに不向きなので避ける。

③

スイッチを入れ、  
好みの滑らかさにな  
るまで混ぜる。  
野菜の食感を  
楽しみたい場合は  
少し早めに止める。

ON!

容器に入れて完成。  
冷蔵庫で保存する。