

# 『カリフラワーのカレーマリネ』

## 材 料

カリフラワー	1/2株 (200g)
塩	少々
水	1カップ
【すし酢カレーマリネ液】	
すし酢	150g
オリーブ油	大さじ3
カレー粉	小さじ2



## 作り方

- ① すし酢カレーマリネ液を作る。  
カレー粉(小さじ2)にオリーブ油(大さじ3)を加えて混ぜ、すし酢(150ml)を合わせる。
- ② カリフラワー(1/2株)は小房に分けてフライパンに入れる。  
塩(少々)を振り、水(1カップ)を加えてフタをし、強火にかける。  
煮立ったら中火にして2分ほど蒸し茹でにする。
- ③ カリフラワーをざるにあげ、熱いうちに保存容器に入れる。  
すし酢カレーマリネ液を注ぐ。冷めたらフタをし、冷蔵庫に入れる。
- ④ カリフラワーのマリネの出来上がり！