

【自分で作ってみよう！韓国料理！】レシピ

## きゅうりキムチ（オイキムチ）



レシピ提供：パク・ヒョンジャ先生

### 🍴 コツ、ポイント

きゅうりに挟む大根と人参の塩漬けを

たっぷり作ることが美味しさの秘訣！

きゅうりキムチは浅漬けをいただくのが一番美味しいです！

### 材料 作りやすい分量

#### 材料 A

▶ きゅうりの塩漬け(40分)

－水 1.5ℓ  
－塩 大さじ2

▶ だいこんの塩漬け(15分)

－塩 大さじ3

#### 材料 B

－だいこん 1 kg  
－ニラ 1/2 束  
－にんじん 1/4 本  
－きゅうり 6本  
▶ ヤンニョム  
－唐辛子(粗目) 大さじ4  
－すりおろしにんにく 大さじ 1/2  
－魚エキス 大さじ3  
－梅エキス 大さじ1  
－砂糖 大さじ

### 作り方

1. きゅうりは両端を切り落とし、三等分（約5センチ）に切って、縦にしてから底5mm残して十字に切ります。
2. 1, 5ℓの水に塩大さじ2を入れて良く混ぜ、きゅうりを入れて40分つけます。
3. 大根と人参をスライサーで千切りにし、塩大さじ3を入れて15分おきます。
4. ニラは0.5ミリに切ります。
5. 大根と人参の塩漬けは軽めに絞り、ニラを混ぜ、ヤンニョムの材料を唐辛子から入れて色を付け、他の材料も入れて良く混ぜます。
6. 塩漬けしたきゅうりに大根と人参のヤンニョムを詰めます。  
※保存する時にはタッパーに完成したきゅうりキムチを入れ、その上に余った具材をのせます。