

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



### 金田弘美さん

えごまの葉は、この時期安く出回るのですが、最近よく食べてはいたのですが、材料を見て30枚も？と若干驚きました。先生のえごまは見ただけで新鮮さが伝わってきて、私も家庭菜園に挑戦したくなりました。

作りたてを食べて、一晩寝かせて食べてと味わいの違いを楽しみました。市販のえごま漬けとは違いえごまの新鮮さがいいですね。いつもそのまま生で、肉に巻いて食べる事くらいしか食べる方法なかったのですが、作りたてのキムチは、これだけでとってもご飯とが進み、はまりそうです。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



野呂幸夫さん

エゴマの葉をどうしても食べたくて、種を購入し、プランターで育てました、我ながら上出来だと思っています、そこにエゴマの葉のキムチコンテストがやってきました。まさに今でしょ！と、喜んでつけました。

漬け込む方が美味しいと思ってたけど、新鮮な方が葉の香りがちがいますね、なるほどと思いました。

# 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



森川亜津子さん

今年初めてえごまの葉の栽培に挑戦しました。大きくなった葉を収穫して、レシピ通りに作ったヤンニョムを1枚ずつかけて重ねていくのはとても楽しかったです。

家族も香りがよくて美味しいと喜んで食べてくれたので、また葉が大きく育ったら作ろうと思っています。夏の楽しみがひとつ増えました。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



櫻井彩美さん

えごまの葉が好きですが、日本ではなかなか見かけず、また売っていたとしても高いことが多いので、今年は初めて庭で育ててみました。思いのほかたくさんできてしまって、食べ方に悩んでいたところ、今回のコンテストを知り、絶好の機会だと思い作りました。

以前作ったえごまの葉のキムチは、えごまの葉以外は調味料しか入っていないレシピでしたが、このレシピは玉ねぎやにんじんを一緒に食べることができて栄養バランスがよくなるのが気に入りました。私は辛いのが苦手なので、トウガラシの粉は少な目にして作ってちょうどよかったです。えごまの葉はまだたくさんあるので、夏の間はこのキムチをリピートしようと思います。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



### 山梨祐心さん

ママが大好きなえごまの葉のキムチを初めて一人で作りました。パパのアドバイスをもらって作りました。葉の根元を中心にヤンニョムを付けるのが難しかったけれど、家族みんなが美味しいと喜んでくれて嬉しかったです。

僕もご飯をたくさんおかわりしました。来週末も作って、みんなを喜ばせようと思います。

第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト  
～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



持田光子さん

夫の家族とのお食事会に中学生の娘とオイキムチを準備し、大好評でした。レシピ通りのお塩は私には塩辛かったのですが、お酒を楽しむ家族にはとても喜ばれました。

お塩の種類によるのだと思いました。次回は少しお塩の分量を減らして試してみたいです。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



### 早川悦子さん

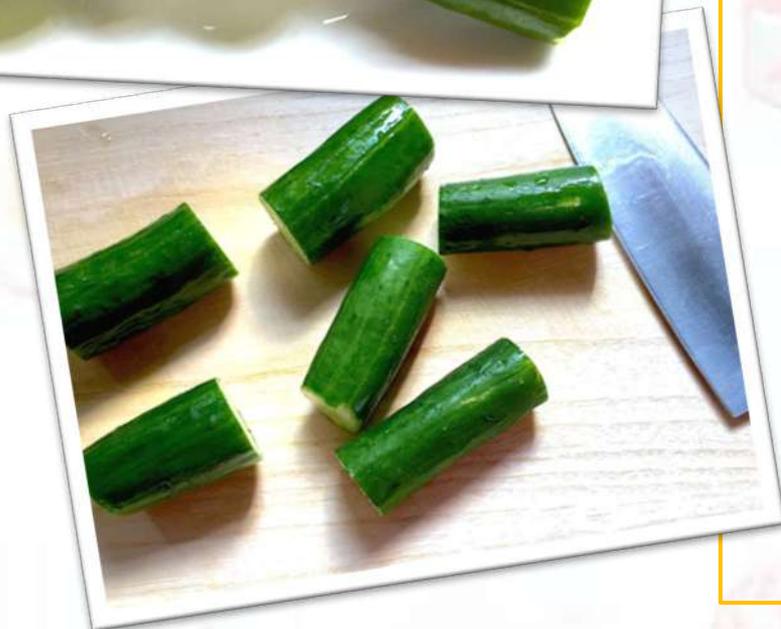
えごまの葉もきゅうりも今が旬で体に良い野菜なので、キムチにして食べるのはさらに栄養的に優れていると思いました。先生の家で育った立派なえごまの葉にはびっくりしました。新鮮な韓国野菜が身近にあるのは良いと感じました。

どちらも分かりやすい手順でした。ヤンニョムを作っていると良い香りがして、すぐにでも食べたくなりましたが、1日置いて食べてみました。

ヤンニョムに使う唐辛子は粗めが良い、きゅうりキムチのヤンニョムは唐辛子を先に入れて色をつける等いくつかのポイントがあったので覚えておきたいです。

マッコリやご飯にも合う美味しいキムチでした。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



### 立川雅子さん

白菜キムチは、韓国旅行に行った時や、日本でも開催されたキムジャンイベントで作ったことがあるのですが、きゅうりキムチは初めて作りました。今の季節、きゅうりも安く売っているので、ミネラル補給にピッタリですね。動画を参考にし、切り方は、2種類にチャレンジ！先生は簡単そうにしていますが、私が不器用なのか、ヤンニョムをきゅうりに挟むのが思いの外難しく、きゅうりが千切れてしまったり等、少し悪戦苦闘しました。

先生も動画で、3等分したきゅうりはすぐに下が切れるので注意しておっしゃってましたね(笑)

でも飾り付けた時の満足感は大きかったです。美味しくいただきました。

マッシュソヨ～。

第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト  
～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



近藤和子さん

家庭菜園で収穫したきゅうりとえごまの葉で早速作ってみました。  
食欲が落ちる夏の暑い日にぴったりなメニューのご紹介をありがとうございます。  
これだけで、白いご飯が美味しくいただけます。

お庭のムクゲも一緒に記念撮影し、久しぶりにコンテストに応募します。  
3周年おめでとうございます。

## 第30回「自分で作ってみよう！韓国料理！」フォト&感想文コンテスト ～えごまの葉キムチ / きゅうりキムチ 当選作～



### 堺友世さん

下調理が一人するのは大変でした。  
誰かと一緒にすると楽しそう。

梨の千切りも入れました。そして、  
ジャン！お盆に盛ると迫力満点になりました。  
実家のお盆の集まりに持参しました。  
韓国のお盆で盛り上がりました。  
達成感がありました！