

簡単!ベトナム風 サンドイッチ「バインミー」

ダイコンのレシピ



話題のパクチー(シャンツァイ・
コリアンダー)を使った簡単サンドイッチ

材料 (4人分)

フランスパン	ハーフサイズくらい
パクチー	適量
ダイコン	1/5本
ニンジン	1/2本
キュウリ	1/2本
Γ酢	大さじ3
A砂糖	大さじ2
L塩	小さじ1
Γナンプラー(魚醤)	大さじ1
Bレモン汁	小さじ2
L砂糖	適量
ハム	適量
バター	適量

作り方

- 1 なますを作ります。ダイコン、ニンジンを千切りし、ボウルに入れ塩もみをして約10分置きます。しんなりしたら水で洗い、【A】を入れよくかき混ぜて約15分したら完成です。
- 2 キュウリを斜めに薄切りにして、パクチーを食べやすい大きさに刻みます。
- 3 【B】を混ぜ合わせタレを作ります。
- 4 フランスパンに具材を挟むための切り込みを入れ、中にバターを塗ります。
- 5 (4)になます、キュウリ、ハム、パクチーを挟み、その上に(3)のタレをかけます。