

## 紅肌一本太ねぎの白ワインマリネ

<< 彩り鮮やかな健康的な一品 >>



### 材料 (4人分)

紅肌一本太ねぎ	2本
ニンニク	1/2片
ローリエ	1枚
EXV オリーブオイル	大さじ1
コリアンダー粒	小さじ1/2

### A

白ワイン	100ml
水	大さじ3
白ワインビネガー	小さじ1
砂糖	小さじ1/2
塩	小さじ1/4

### 作り方

- ① 紅肌一本太ねぎは、2cm 長さに切る。ニンニクは、薄切りにする。
- ② 耐熱容器に切った紅肌一本太ねぎを並べ、A を混ぜたものを注ぎ、ニンニク、ローリエをおいてラップをふんわりとかけ、電子レンジ(500W)で5～6分間加熱する。
- ③ 潰したコリアンダー粒を加えて冷まし、EXV オリーブオイルを加える。冷蔵庫で2～3日保存可能。

### ※POINT

コリアンダー粒に代えて、ホワイトペッパー粒でも美味しくできます。

