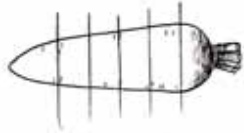


# かみやすく、飲み込みやすい野菜の切り方

## 大根

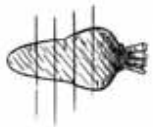
ふるふき大根



裏を十字に  
隠し包丁

## にんじん

煮物



短冊切り

天ぷら



## きゅうり



塩でもみ洗いをする



菜ばしを敷いて  
うす切りにする

## ごぼう



たわしで  
洗う



適当な長さ  
に切る

漬物  
和え物



裏返して斜め  
うす切りにする



一口大  
に切る

きんぴらごぼう  
天ぷら



斜めうす切  
りにする



千切りにする

お料理メモ