

荒川ゆうネット 荒川ぐるぐるグルメ **インド**

「インドレストラン フルバリ (Phulbari)」 カレルさんに教わった家庭で出来る簡単サイドメニュー



カレーの付け合わせにはもちろん、ビールのお供にもグー!! タマネギの即席アチャール(浅漬け)の作り方

材料：タマネギ／ピーマン／ショウガ／チリパウダー／クミン／
レモン／塩

お好みでクミンを混ぜてもオッケー
クミンがない時はキッチンにあるタイムや
ターメリックを代用してもおいしく仕上がります。



1

タマネギを薄く
スライスする。



2

ショウガとピーマン
は細かくみじん切り
にする。



3

1)と2)をひとつ
のボールに。



4

塩、チリパウダー、
レモン汁を加えよく
あえる。



5

冷蔵庫で2時間ほど寝かせて完成!翌日の方が
味が馴染んで美味しいです。

