

# 紫にんじんを使った料理

## 紫にんじんと水菜のサラダ

紫にんじん（千切りにし柑橘類の汁をかける）  
水菜（ざく切り）  
レンコン（薄切りにしてさっとゆでる）  
醤油ドレッシング



## 紫にんじんの一夜漬け

紫にんじん（薄切り）  
ダイコン（イチョウ切り）  
塩  
昆布、鷹の爪、ユズなど



## 紫にんじんとジャガイモのサラダ

紫にんじん（蒸す）  
ジャガイモ（蒸す）  
ブロッコリー（ゆでる）  
マヨネーズ



## 紫にんじんの中華風炒め

紫にんじん（千切り）  
ニラ  
タマネギ  
モヤシ  
オイスターソース

