

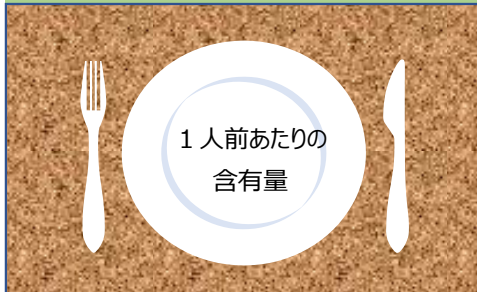


## 紫キャベツのラペ

2024/3/22

材料	8	人前	調味料		
紫キャベツ	200	g	リンゴ酢	大さじ	3
			ハチミツ	大さじ	1
			オリーブオイル	大さじ	1
			塩	少々	

### 栄養成分表



30	Kcal エネルギー
0	ミリグラム コレステロール
3.9	グラム 炭水化物
0.3	グラム 食塩相当量

### 作り方

- ① 紫キャベツは千切りにして塩少々で和えておく
- ② 水気を絞ったら調味料を加えてよく混ぜる
- ③ 冷蔵庫で味がなじむまでおいておく