

おいしさ、そして、いのちへ。
Eat Well, Live Well.
AJINOMOTO®

いっさいがっさい

一菜合菜

先端部分は、焼き魚に添える薬味の大根おろしに。細かく切って、味噌汁の具や漬物などにもぜひ。

皮は千切りにして漬物やきんぴらなどに。捨てることなく、栄養豊富なおいしい一品へ。

柔らかくて、甘みが強い中央部分は、ふろふき大根やおでんなどの煮物にぴったりです。

生で食べるなら、この青首部分。甘みがあってみずみずしく、サラダや和え物に最適です。

栄養豊富な葉は、味噌汁の具や菜めしなどに。大根の水分を吸い取るので、切り離して保存を。



ふろふき大根



ぶり大根



なます



皮のきんぴら



豚汁



豚肉のおろし大根ソース



大根の葉とじゃこの炒め物



大根とりんごの塩麹漬け

野菜ひとつからこんなにも豊かな料理。いろんな味で、野菜丸ごとヤサイクル。
部位が違えば、味も違う。たとえば大根一本とっても、その味わいは本当に多彩です。実も皮も、根も葉も、丸ごと使い切る“ヤサイクル”で、野菜をもっと豊かに味わってみませんか。それは、ゴミを減らしてCO2を削減する、地球にもやさしいおいしさ。いろんなところを、いろんな味で食べるエコ。味の素KKIは、いつでもお手伝いします。

