辛みの抜き方



1 薄く切る

繊維を断つように薄く切ります



2 水にさらす

5分ほどさらすと辛みがやわらぎます



3 水気をきる

ふきんで包んでしっかり絞ります

新たまねぎはさらさなくても食べられます