

大根のきんぴら

材料3人分

・だいこん	40g
・にんじん	15g
・こんにゃく	20g
・うす揚げ	10g
・ごま	2g (小さじ 1/2)
・しょうゆ	3g (小さじ 1/2)
・みりん	6g (小さじ 1)
・だし汁	10cc (小さじ 2)



作り方

- ① だいこん・にんじんはきれいに洗い、皮つきのまま短冊切りにする。
- ② こんにゃくは下茹でて臭みをとる。
- ③ うす揚げをだいこんの大きさに合わせて切り、油抜きしておく。
- ④ フライパンにごま油をひき、①～③の順に炒める。
- ⑤ だし汁を加え、だいこんが透き通ってきたら、仕上げにしょうゆ・みりんでき味付けし火を止める。