

大根とごぼうのきんぴら



材料(4人分)

- ・大根……350g
- ・ごぼう……150g
- ・人参……100g
- ・砂糖……大さじ1/2
- ・酒……大さじ1
- ・醤油……大さじ3と1/2
- ・みりん……大さじ1
- ・和風だし…少々
- ・サラダ油…大さじ1
- ・白ごま……大さじ1

1.

大根・ごぼう・人参を千切りにする。

【ポイント】

・切ったごぼうは空気に晒しておく
と褐色するので、水または酢に入
れるとよい。



2.

鍋にサラダ油を熱し、1を炒める。

【ポイント】

・炒める際は人参から炒め、その
後、大根・ごぼうを同時に入れる
とよい。



3.

2に油が全体にまわったら、砂糖を
加える。

4.

3に酒・醤油・みりんを加えて炒め、
汁気がなくなるまで炒める。



5.

4を器に盛りつけ、白ごまをちらして
完成。

