

ごぼうとにんじんのきんぴら



材料 4人分

ごぼう・・・1本
にんじん・・・1/3～1/2本
いりごま・・・大さじ3杯
ごま油・・・適量

合わせ調味料

砂糖・・・大さじ2杯
酒・・・大さじ1杯
みりん・・・大さじ1杯
醤油・・・大さじ2.5杯
水・・・大さじ3杯

手順

1. ごぼうは、皮をこそげ落とす
薄く斜め切りにするか、千切りにする
2. にんじんは、千切りにする
3. フライパンにごま油を熱し、①・②を中火で炒める
4. しんなりしてきたら、合わせ調味料を回し入れ、弱火にする
汁気がなくなるまで炒める
5. 仕上げに、いりごまをふる