

きんぴらごぼう

◆材 料	(2人前)
ごぼう	1/2本 (ささがき1袋)
人参	1/2本
パラミソ	大さじ1
水	大さじ4
砂糖	小さじ1
七味(一味)	少々
白炒りごま	少々

◆作り方

- ①ごぼうは包丁で皮をこそげ、4~5cmの千切りにします。
- ②人参は皮をむき4~5cmの千切りにします。
- ③フライパンに油を引きごぼう、人参を入れて炒めます。
- ④水、パラミソ、砂糖、七味を加えて汁気が無くなるまで炒めます。
- ⑤皿に盛り付け白炒りごまを振りかけて出来上がりです。

