



きんぴら

調理時間

5
min

材料（2～3人分）

にんじん	200g
油	適量
◆みりん	大さじ 1
◆しょうゆ	大さじ 1 と 1/2
白いりごま	適量

作り方

- ① にんじんは皮をむき、細切りにする。
- ② フライパンに油を温め、
①をいれてしんなりするまで炒める。
- ③ ◆を入れて混ぜ合わせ、いりごまをかける。

もちろん、ごぼうを入れたパターンもあり♪

