

「黒酢炒めなます」



常備菜やごはんのお供になります。

《作りやすい分量》

- ・切干大根（千切りタイプ）・・・30g
- ・にんじん・・・30g・・・千切り
- ・塩昆布・・・4g
- ・砂糖・・・大さじ1と1/2
- ・薄口しょうゆ・・・小さじ2
- ・黒酢，酢・・・小さじ1
- ・ごま・・・10g
- ・ごま油・・・小さじ1強

《作り方》

- 1 切干大根は戻しておく。
 - 2 ごま油以外の調味料で戻した切干大根を煮る。
…弱火～中火でじっくりと煮えないときは水を少したす。
 - 3 にんじんを入れ好みの固さまで煮る。
 - 4 仕上げにごま油と塩昆布，ごまを入れてさっと混ぜる。
- * 好みに酢を追加してもよいです。