

雪国えりんぎのきんぴら



材料 𠄎 (2人分)

雪国えりんぎ・・・1/2パック

にんじん・・・1/2本

サラダ油・・・大1

赤唐辛子・・・1/2本

麺つゆ・・・小2

砂糖・・・小2

白ごま・・・少々

● 1人分／約93kcal

🕒 調理時間／約3分

作り方 𠄎

1 雪国えりんぎは細切りにする。にんじんは皮をむき、細切りにする。

2 フライパンにサラダ油を熱し、(1)を炒める。

3 (2)に輪切りにした赤唐辛子、麺つゆ、砂糖を加えて炒りつけたら白ごまを振る。