

揚げごぼうの

七味風味



材料 (2人分)

- ・ごぼう ... 150g
- みりん ... 大さじ $\frac{1}{2}$
- しょうゆ ... 大さじ1
- 砂糖 ... 小さじ $\frac{1}{2}$

揚げ油 ... 適量
七味とうがらし

作り方

① ごぼうは皮をこそげて5~6cm長さに切り、縦4つに切って、おきに5分ほどさらして水気をふきとる。

② フライパンの深さ $\frac{1}{2}$ くらいまで揚げ油を注いで中温に熱し、ごぼうを入れてしんなりするまで揚げ、ボウルに移す。



③ 2のごぼうが熱いうちにAをふりかけて調味し器に盛り、七味をふる。