

# きんぴらごぼう



## 料理特徴

マイルドな味わいで厚み・コクを付与し、甘さが引き立つきんぴらごぼうです。

## 材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ごぼう	100g		
人参	20g		
ごま油	5g		
いりごま	適量		
<調味液>			
GF米醤油	20g		
みりん	10g		
砂糖	10g		

## 作り方

- ①ごぼうは細切りにし、水にさらしてアクを抜く。人参も細切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を加えて炒める。
- ③火が通ったら<調味液>を加えて汁気が少なくなるまで炒める。
- ④いりごまを加え、器に盛り付けたら出来上がり。