

(冬5) レンコンとピーナッツのきんぴら

【材料】 (2人分)

レンコン 8センチ
にんじん 1/2本
ショウガ 1片
ピーナッツ 80g
白ごま 適量
ごま油 大さじ1
酒 大さじ2
みりん 大さじ1と1/2
醤油 大さじ1と1/2
サラダ油 大さじ1と1/2

【作り方】

- 1.レンコンは長さ3センチ、幅1センチほどに切り、にんじん、ショウガはせん切りにする。
- 2.フライパンにサラダ油とショウガを弱火で熱し、香りが出たら粗く砕いたピーナッツを加えて中火で炒める。
- 3.油がまわったらレンコン、にんじんを炒める。レンコンに火が通ったら酒、みりん、醤油をからめる。

【アレンジ】

ナッツはアーモンドやミックスナッツでも。