

# ヤーコンきんぴら



## ●材料 (2人分)

ヤーコン・・・・・・・・・・100g

にんじん・・・・・・・・・・20g

ごま油・・・・・・・・・・小さじ1

A [めんつゆ (2倍濃縮)・小さじ2  
一味唐辛子・・・・・・・・・・少々 (お好みで)  
白ごま・・・・・・・・・・2g

## ●作り方

- 1 ヤーコンは千切りにし、水にさらしてアクを抜く。にんじんも千切りにする。
- 2 鍋にごま油を熱し、水気をきったヤーコンとにんじんを炒め、しんなりしたところで、Aで調味する。白ごまを振って完成。



### ワンポイント

加熱してもヤーコンのシャキシャキした食感がしっかり残ります。お好みでピーマンや糸こんにゃく等を加えても。