

# ごま油レシピ『れんこんナムル』

## 材料(2人分)

れんこん 1節(約150g)

おろしニンニク 小さじ1/2

赤唐辛子の小口切り 1本分

酢・塩・ごま油



## 作り方

- ① れんこんは薄い半月切りにし、酢水に少々さらす。  
熱湯で透き通る位ゆで、ざるに上げて湯をきる。
- ② ボウルに塩小さじ1/3、にんにく、唐辛子、ごま油大さじ1を入れて混ぜ、  
①のれんこんが熱いうちに加えて和え、そのまま冷ます。