

【塩麴レシピ】『塩麴で＊インゲンと人参のきんぴら』

材料2人分)

いんげん

4本

にんじん

1/3本

塩麴

小さじ1

ゴマ油、酒

各小さじ1

削り節

適宜



作り方

- ① いんげんは斜め細切り、人参はマッチ棒くらいの千切りにする。
- ② ①に塩麴を小さじ1くらい振って馴染ませておく。
- ③ フライパンにゴマ油を熱し、②を炒め最後に削り節を手で揉みながら加えて混ぜる。味を見てお好みの塩加減に。火を通し過ぎないように。