



ピーマンのきんぴら



材料 2 人分

ピーマン	2個
にんじん	25g
竹輪	1本
ごま油	小さじ1

酒	小さじ1
☆ みりん	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
顆粒だし	少々

ごま	小さじ1
----	------

作り方

- ①ピーマンとにんじんは細切りにする。竹輪は輪切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、ピーマン、にんじんを炒める。
- ③火が通ったら竹輪と☆を加えてさっと炒める。
- ④ごまを加え混ぜ合わせる。