

カリフラワーの変わりきんぴら（山椒風味）



材料（1人前）

カリフラワー	60 g
鷹の爪	適量
ごま油	4 cc
鰹節	適量
粉山椒	適量

調味料

濃口醤油	4 cc
砂糖	3 g
酒	2 cc
みりん	2 cc

作り方

カリフラワーを小さく分けて厚さ3 mmくらいに切る。

鷹の爪の種を取って細かく切る。

フライパンにごま油と鷹の爪を入れて熱してからカリフラワーを入れ、軽く火が通るまで炒める。

調味料を合わせて、鍋肌から注ぎ、汁気が無くなるまで炒め合わせる。

鰹節、山椒を上から散らし掛ける。