塩きんぴら



調理時間	25分
カロリー	212kcal

材料	(4人分)
ゴボウ	230g
豚肉	100g
(A)	
塩	小さじ1
砂糖	大さじ1
酒	大さじ2
ゴマ油	大さじ3
白ゴマ	小さじ2
七味唐辛子	適宜

作り方

1. ゴボウはピーラーで薄く削り、水にさらす。
2. 豚肉は千切りにする。
3. ココットダッチオーブンに水気を切ったゴボウと豚肉を入れ(A)を入れてよく混ぜ合わせる。
4. 白ゴマをふり入れ、蓋をしてグリルに入れる。
5. 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを10分に設定して点火する。
6. 器に盛り、お好みで七味唐辛子をふりかける。

いつものきんぴらを塩とごま油で、ちょっと風味をかえて。