



オツマミカリカリゴボウ

1人前：約192kcal

●材 料(2人分)

ごぼう …………… 2本
しょうゆ …………… 大さじ3
みりん …………… 大さじ3
お酢…………… 大さじ1
片栗粉 …………… 適宜
揚げ油

●作り方

- ①ごぼうはよく洗って7～8mm幅、10cmの長さに切って水にさらしてアク抜きをしてよく水気をふいておきます。醤油・みりん・酢を混ぜ合わせます。ポリ袋などにゴボウといれ、よく味が馴染むまで2時間ほどおいておきます。
- ②①に片栗粉をまぶし、180度の油でカリッとなるまで揚げたらできあがり。

ひとくちメモ

おやつやおつまみに喜ばれます。

