



ariさん

県内在住。キッチンアドバイザーとして料理教室を開くなど幅広く活躍。「家ごはん」から「おもてなしごはん」まで幅広い食シーンを提案してくれます。

ariさんちの台所

—かんしょ—



1人前:約242kcal

ひとくちメモ

お好みで砂糖の半量のお醤油を加えても美味しいです。

かりんとう

●材料(4人分)

かんしょ……………400g
水……………大4
砂糖……………100g
揚げ油……………適量

●作り方

- ①かんしょはよく洗い、皮の所々をピーラーで剥いて乱切りにする。水にさらして水気をふく。
- ②揚げ油を熱し、①を火が通るまで中火できつね色に揚げる。
- ③フライパンに水と砂糖を熱して、砂糖が溶けて少しとろみがついたら②を加え、よく絡める。皿に盛って出来上がり。