



ariさん

川越 有理

1971年 日向市出身 フードバイザー

県内在住。フー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。

[和パルBanca] 宮崎市橋通西2-4-15 TEL:0985-69-8897

Desaki

デサキ宮崎店

宮崎県宮崎市吉村町東部第二土地区画整理事業地内39街区6  
TEL:0985-33-9339

文具はもちろん!キッチン雑貨をはじめ、インテリアグッズやコスメ、ファッションなどライフグッズを多数取り扱っています。

ariさんちの  
台所

—里芋—



1人前：約119kcal

## 里芋チップスのサラダ

[材料(2人分)]

里芋	2個	ポン酢	50cc
揚げ油	適量	ごま油	大1
水菜	2株		
ピーマン	1/2個		
ミニトマト	2個		
きゅうり	1/2本		

## [作り方]

- ①ポン酢とごま油を混ぜてドレッシングを作ります。
- ②里芋は皮を剥いて2mmの薄さに切り、170度の油でカリッとなるまで揚げます。
- ③水菜は3cmの長さに切り、ピーマンは輪切り、ミニトマトは2等分にします。きゅうりはピーラーで縦に薄く切ります。
- ④水菜を皿に盛り②をのせてピーマンとミニトマト、くるくると巻いたきゅうりを盛りつけます。食べる直前にドレッシングをかけてできあがり。



甘すぎないニュアンスカラーが特徴の【コンコード】シリーズ。

シンプルな器のフォルムは洗練された印象に。大人のためのアイテムです。