

とっておきレシピ

kewpie



レシピのポイント

にんじんとごぼうをいためるだけでできる、きんぴら風のおかずです。しょうゆ風味のオイルソースでかんたんに味が決まります。

適温調理

サポート

材料（2人分）

| | |
|------------------------------------|-----------|
| にんじん | 1/2本（90g） |
| ごぼう | 1/3本（54g） |
| しらたき | 100g |
| 黒ごま | 適量 |
| キューピー3分クッキング パスタを手作りオイルソースしょうゆ&ペパー | 大さじ2 |

このレシピに使われている商品



[キューピー3分クッキング パスタを手作りオイルソースしょうゆ&ペパー](#)

作り方

1. 下準備

- ①にんじんは皮をむき、ピーラーでリボン状に削る。ごぼうはよく洗って短冊切りにし、水にさらして水気をきる。
- ②しらたきは熱湯でゆでて、水気をきって食べやすい長さに切る。

2. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・オイルソース大さじ1を入れる。
- ・アプリから「**レシピ送信**」ボタンを押し、表示部に「**041**」を表示させる。
- ・「**スタート**」ボタンを押し。
- ・音声の流れ表示部に「**適温**」が表示されたら、①と②を入れる。

3. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・①、②を炒める。



- ・目安時間になり、火が通ったら、残りのオイルソースを加える。

4. 工程2

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・さっと炒め合わせる。



- ・目安時間になったら、「**切**」ボタンを押し。

5. 仕上げ

- ・器に盛りつけ、黒ごまを散らす。