



10分

1人分

135
kcal

サクサク食感♪

山芋のたらこ炒め

DELISH
KITCHEN



サクサク食感♪

山芋のたらこ炒め

10分

1人分
135
kcal



材料 (2人分)

山芋	9cm(150g)
たらこ	1本
ごま油	小さじ2
刻みのり	適量

☆調味料

酒	大さじ1
みりん	小さじ2
しょうゆ	小さじ1

- 1 山芋は棒状に切る。たらこは切り込みを入れて中身を取り出す。
- 2 フライパンにごま油を入れて熱し、山芋を入れて中火で柔らかくなるまで炒める。
- 3 ☆、たらこを加えて水気がとぶまで炒める。器に盛り、刻みのりをのせる。