

那珂パパイアのきんぴら



材料(2人分)

パパイア…120g みりん…大さじ1/2
ニンジン…60g 醤油…大さじ1
砂糖…小さじ1 白ゴマ……少々

【作り方】

- ①パパイアとニンジンを千切りにする。
- ②フライパンで油を熱して、ニンジンとパパイアをいれ、全体に油を馴染ませる。
- ③②に砂糖、みりん、醤油の順に入れ、水気がとぶまで炒める。
- ④皿に盛り、白ゴマをふる。

※めんつゆを使うと、もっと手軽にできます。