

de

アイデアレシピ フードロス削減

～ごぼう 1/3 本使い切り～

やみつぎ甘辛揚げごぼう



◆材料（2人分）

ごぼう 1/3 本
片栗粉 大さじ1
揚げ油 鍋底から2cm

【味付け用の調味料】

砂糖 大さじ2
醤油 大さじ1/2
はちみつ 小さじ1/2

白いりごま 適宜
万能ねぎ（小口切り）適宜

デリ風ごぼうの ごまマヨサラダ



◆材料（2人分）

ごぼう 1/3 本
人参 1/4 本（千切り）
酢 大さじ1（ごぼうを湯掻く際に）

【下味用の調味料】

醤油 小さじ1
酢 小さじ1
砂糖 小さじ1

【味付け用の調味料】

マヨネーズ 大さじ1
白すりごま 大さじ1
粉チーズ 大さじ1/2強

冷凍枝豆 適宜（解凍しておく）