

たか森
カフェより
お届け!!

旬 曾於市の を食べる

第46食目

桜島大根でも美味しい!!
大根の皮のきんぴら



材料 (2～3名分)

大根の皮 1/2 本 (約 200g)
人参…………… 1/2 本 (約 50g)
赤とうがらし …… 小 2 本
白いりごま…………… 大さじ 1

ごま油…………… 大さじ 1
酒…………… 大さじ 1 と 1/2
薄口しょうゆ …… 大さじ 2
砂糖…………… 大さじ 1

作り方

- ① 大根の皮は長さ 5 cm、幅 5 mm の細切りにする。人参は繊維にそって縦に長さ 5 cm、幅 5 mm の細切りにする。
- ② 熱したフライパンにごま油をひいて、とうがらしと①を入れて炒める。
- ③ 大根の皮がしんなりしたら酒・薄口しょうゆ・砂糖を加え、汁けがなくなるまで炒める。
- ④ 白いりごまを加えてさっと炒め、器に盛り付けて完成。



学校農園で育てた新鮮な野菜を使ったランチメニューや、各種ケーキ、オーガニックコーヒーも大好評! 毎週金曜日は大隅大川原駅にキッチンカーが出動します。
詳しくはホームページをご覧ください。

たか森カフェ 11時～16時営業

営業日:土・日・月・祝日
※ホームページをご確認ください。

財部町北俣5410-1

☎0986-28-6120