にんじんしりしり

（材料は２人分です）



にんじん…中１本	ごま油　…大さじ１
卵　…１個	麺つゆ(３倍濃縮)…大さじ１

作り方

①　にんじんは 4～5cm 長さの千切りにする。





スライサーでも簡単にできます。

②　フライパンにごま油を入れて１のにんじんを炒める。



③　にんじんがしんなりとしたら、麺つゆをまわしかける。



④　溶き卵を全体にまわしかけ、ざっくりと混ぜ、からめながら卵に火を通す。





お好みでパセリをかけて

できあがり！！

