

ハムと 風干し大根の きんぴら



材料(4人分)

ロースハム …………… 100グラム(薄切りにする)
大根 …………… 300グラム
ちりめんじゃこ …………… 15グラム
とうがらし …………… 小1/2本
サラダ油 …………… 大さじ1
大根の葉 …………… 少々
しょう油 …………… 大さじ2弱
酒、水 …………… 各大さじ1
みりん …………… 小さじ1

作り方

- ① 大根は長さ4~5センチ、厚さ5ミリの拍子切りにし、ざるにならべて日陰で2時間ぐらい風干しする。
- ② ハムも大根と同じ長さに切る。
- ③ とうがらしは種を取り、手でちぎる。
- ④ フライパンに油を引き、①を炒める。大根が透き通ってきたら、ちりめんじゃこ、ハム、とうがらしを加えさっと炒める。
- ⑤ 調味料を加え、汁気がなくなるまで炒め煮する。あれば、さっと湯がいた大根の葉を小口切りにしたものを混ぜて出来上がり。

ひと口メモ

風干し大根とハムの食感がよく合います。大根は干して水分を飛ばすことで、うま味がさらに増します。ハムとじゃこの塩分が味を引き立てますよ！



素材が命・サイボクのハム

サイボクのハムやウィンナーはお肉本来の素材を生かした低塩仕上げ。

お子様からお年を召した方まで幅広く支持されています。

