

ダイコンの葉とじゃこの  
カリカリ炒め

ダイコンのレシピ



## 材料

ダイコン「葉大臣」の葉……1本分  
ちりめんじゃこ……… 30～50g  
ゴマ油……… 適量  
いりゴマ……… 適量  
酒……… 少々  
塩……… 少々

## 作り方

- ① ダイコンの葉はよく洗い、水気を切って細かく刻む。
- ② フライパンにゴマ油を熱し、(1)を炒め、火が通ってきたらちりめんじゃこを加えて強火で炒める。
- ③ ちりめんじゃこがカリカリになってきたら、いりゴマ、酒、塩を加えて、水気がなくなるまで炒める。

栄養豊富なダイコンの葉をご飯のお供に！