

生イモを使ったレシピ③

【キクイモ】のキンピラ



材料 (4人分)

キクイモ……250g、ニンジン……100g、油……大さじ1、赤唐辛子……1本、塩……少々 (あく抜き用)
A(しょう油…大さじ3、みりん……大さじ2、砂糖…大さじ1、だしの素……小さじ1)

- 1** キクイモは、皮をむいて干切りにする。10分ほど塩水にさらしてあくを抜く。ニンジンも皮をむいて干切りにする。赤唐辛子は中の種をとり除き輪切りにする
- 2** フライパンに油と唐辛子を入れて軽く熱し、キクイモとニンジンを投入して、しんなりするまで炒める
- 3** Aの調味料を混ぜ合わせておき、②に加えて味を調える

生イモを使ったレシピ②

【キクイモ】の甘酢漬け



材料 (4人分)

キクイモ……500g、ゆず……1/2個、酢……200ml、砂糖……小さじ3、塩……少々 (あく抜き用)

- 1** キクイモは、皮をむいて干切りにする。10分ほど塩水にさらしてあくを抜く
- 2** 密閉容器に酢と砂糖を入れて甘酢を作る。次に、①をザルにとって、しっかり水気を切って、甘酢に漬ける
- 3** ゆずは皮を干切りにし、実は搾り汁にして②に加えて混ぜ合わせる