

さつまいものバターきんぴら炒め

材料（2人分）

さつまいも・・・200g

バター・・・大さじ2

しょうゆ・・・・・・大さじ1

黒ゴマ・・・大さじ1

作り方

- ①さつまいもを皮ごと厚さ5mmの斜め薄切りにし、さらにそれを5mm幅に切り(細切り)、水にさらす。
- ②フライパンにバター大さじ1を溶かし、
①の水気をよくきってから加えて炒める。
- ③全体にバターがまわり、ほぼ火が通ったら、しょうゆを加えて混ぜ合わせる。
- ④残りのバター大さじ1を加え、黒ゴマを全体にふり、まぶしつけたら出来上がり。

さつまいものバターきんぴら炒め



黒ゴマの代わりに「ごま塩」をまぶすと塩気がアップ！
しょうゆの前に砂糖を加えると甘みがアップ！