

Sample version

厳選！ おつまみレシピ 10品



この度は、「たった10分で!? 片付け名人になる方法!! Version2」をご購入頂きまして、誠にありがとうございました。

本当に、ささやかではございますが、ほんの御礼の気持ちといたしまして、簡単に短時間で作れて、しかもすごく美味しいおつまみのレシピを10品だけ選んで見ました。

おつまみのレシピではございますが、ちょっとしたご飯のおかずにも、十分なりますので、是非ご活用下さればと思います。

この度は、誠にありがとうございました。

家事コンサルタント 神長一徳

お品書き

- 山芋わさびじょうゆ
- れんこんきんぴら
- 大根サーモン巻き
- だいこんのサラダ
- ジャガバター
- たらこ煮
- したけにんにく炒め
- いんげん牛肉巻き
- 焼きなす和風サラダ
- 海老子り



■山芋わさびじょうゆ

歯ごたえはサクサクだけど、ねっとり感が最高です！！

☆ 材料（4人分）

- ・山芋 . . . 1/2本
- ・わさび . . . 適量
- ・たれ . . . だし汁大さじ6
しょうゆ大さじ3

☆ 作り方

1. 山芋の皮をむき、酢水か食塩水に浸してあく止めをします。
2. 5～6分したら山芋を取り出し、洗って水気をふき取ります。
3. だべやすい長さに千切りします。
4. 山芋を器に盛りつけ、たれを回しかけします。
5. 山芋の上にわさびをのせてできあがりです。

■ れんこんきんぴら

あまじょっぱさと、れんこんのシャキシャキ感いいですね。

☆ 材料（4人分）

- ・ れんこん . . . 1本
- ・ ごま油 . . . 適量
- ・ たかの爪 . . . 適量
- ・ 煮汁 . . . 酒大さじ1
みりん大さじ2
しょうゆ大さじ1
砂糖大さじ1

☆ 作り方

1. れんこんは縦に皮をむき薄く輪切りにします。
2. 酢水に浸してあく止めをします。
3. 5～6分したられんこんを取り出し、洗って水気をふき取ります。
4. フライパンに油をひき、千切りにしたたかの爪とれんこんを入れしっかり火が通るまで炒めます。
5. 煮汁を加えて味がよくしみるまでいり上げます。