

## 大根の葉とシラスふりかけ

### <材料>

大根の葉…1本分(約110g)  
ちりめんじゃこ(上乾)…15g  
白炒りごま…小さじ2  
赤唐辛子の輪切り…1本分  
砂糖…大さじ1  
しょうゆ…大さじ2  
ごま油…大さじ2  
だしの素ひとふり  
鰹節5g



★葉っぱの先は、少しちぎって捨てる→水っぽくなるので★

### <作り方>

1. 大根の葉を洗う。ザルに挙げてペーパータオルで軽く水気を拭いて、7~8mm幅に切る。
2. 冷たいフライパンに大根の葉、赤唐辛子、だしの素、ゴマ油を入れて中火にかける。



3. 大根の葉の、カサが減ってしんなりしたら、砂糖、醤油、ちりめんじゃこを加える。

4. 汁気が少なくなったら、ゴマと鰹節を入れてさっと混ぜて、火を止める。

**保存方法**~冷蔵で一週間・冷凍で一カ月保存可能です。

