



### 【材料】（4人分）

かぼちゃ	300 g
スイートコーン（ホール）	1/2 カップ
塩・酒	適量
ニンニク	1 かけ
かき油・赤唐辛子	
かいわれ大根	

### 【作り方】

- ①かぼちゃは 6 mm幅のくし形切りにし、170℃の油で箸が通るくらいに揚げる。
- ②にんにくはみじん切りにする。
- ③フライパンで②を色づくまで炒め、カキ油と塩各少々で調味して、かぼちゃを加えてにんにくを絡めるように炒めて、別皿に取り出す。
- ④③のフライパンに油を加えて、スイートコーンを強火で酒を回しながら炒め、味を整える。
- ⑤赤唐辛子は種を取り、輪切りにし、④に加える。
- ⑥写真のように大皿に盛り合わせ、かいわれ大根をあしらう。