

里芋の胡麻和え

材料	2人分
里芋	中4個程度
人参	中 1/4本程度
白炒り胡麻	大さじ2
味噌	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ1と1/2
だし汁又は水	適宜（大さじ1）



《作り方》

1. 白すりごま、味噌、砂糖、出し汁又は水をよくすり混ぜ、あえ衣を作る。
2. 芋はタワシでよく洗う。皮付きのまま柔らかく茹でる。熱いうちに皮をむき、約1 cm厚さに切る。
3. 人参はいちょう切りにし、茹でておく。
4. 里芋、人参をあえ衣であえる。

