

副菜

一品の野菜だけできんぴら  
「だいこん」



## 副菜

# 一品の野菜だけできんぴら 「だいこん」

材料 (4人分)	分量	重量	
だいこん	200g		皮をむいて、5~7mm太さの拍子切りにする
ベーコン	15g		1cm幅に切る
油	小さじ1/2		<b>1人分の栄養量</b> エネルギー 29kcal 食塩相当量 0.3g
塩	1g		
こしょう			
しょうゆ			

## ☆作り方☆

- ① フライパンに油を引いて、ベーコンを炒め、油がでたら、大根を炒める。だいこんの歯ざわりが残る程度の硬さのところまで、塩・こしょう・香りづけのしょうゆで調味する。