

大根の皮しりしり

調理時間

10分

材料（2人分）

◆ 大根の皮	½本分
◆ ツナ缶	1缶
◆ 卵	1個
◆ 塩・こしょう	適量
◆ めんつゆ(あれば)	適量

おいしい!



My Recipe



大根の皮をむく(ピーラーを使えばカンタン♪)



ツナ、溶き卵を加え、卵がほろほろになるまで炒めたら完成!



ツナ缶の油をフライパンに入れ、大根の皮を炒める。
油いらずでエコ(^^)