

青パパイヤ千切りを使った

ペペロンチーノ



< 材料 >

◎青パパイヤ千切り … 200g
にんにく … 1片 鷹の爪 … 適量
オリーブオイル … 大さじ1
塩 … 小さじ1/2

< 作り方 > ※青パパイヤ解凍しておく。

1. にんにくはみじん切りにする。
鷹の爪は輪切りにする。
2. フライパンにオリーブオイル、1を入れ熱し
にんにくの香りがしてきたら青パパイヤを
入れる。
3. 塩で味を調べ、お皿に盛り付けたら完成。



イースタンフーズ株式会社

Eastern Foods