

おくらのナンプラーマリネ



▼材料（2人分）

- おくら …10本
- ウインナー …2本
- にんにく …1片
- A：
 - ・ごまドレッシング …大2
 - ・ナンプラー …大1
 - ・レモン汁 …小1
- 揚げ油 …適量

▼作り方

- ① おくらは塩もみし、包丁目を入れて揚げ油で揚げ、ウインナーも揚げる。
- ② Aににんにくのすりおろしを混ぜる。
- ③ ①を②に漬け込む。