

ガーリックパンフキン (かぼちゃがビールの友に！)

材料(4人分)

かぼちゃ(小さめ)	1/2 個
ニンニク	2 かけ(みじん切り)
バター	大さじ 3
塩・胡椒	各少し
パセリ	適量(みじん切り)
サラダオイル	適宜

- ① かぼちゃは種をとって 3cm 巾のくし型に切り 1cm の小口切りにする。
- ② ①のかぼちゃの水気をふいて 180℃のサラダオイルで素揚げします。
- ③ フライパンにバターの半分を入れ、ニンニクのみじん切りを炒めて香りがでたら②のかぼちゃと残りのバターを入れて手早くからめ塩・胡椒をして火を止めます。
- ④ パセリのみじん切りをふりかけて出来上がり。

