



## 21 | カラメルバナナと りんごのえごまソース

材料（作りやすい分量）

・えごまの実 <sup>※</sup> .....大さじ1	・グラニュー糖...大さじ4
・えごま油.....大さじ1	・水.....大さじ2
・バナナ.....1本	・レモン汁.....小さじ1
・りんご.....1/2個	

1. バナナは皮をむいてタテに切り、りんごは4等分のくし形切りにし、レンジで加熱しておきます。
2. 小さめの鍋にグラニュー糖と水大さじ1を入れ、カラメル色になったら火を弱めて、さらに大さじ1の水を加えます。
3. フライパンにバナナとりんごを入れて焼き、2をからめ、レモン汁を加えます。
4. 器に盛りつけ、えごまの実とえごま油をかけます。