

## いりこナッツ

<材 料>		<分 量>	<作 り 方>
いりこ		100 g	① いりこ、ナッツ類を乾煎り、又はオーブン150度～160度で13分程度焼く。
レーズン		100 g	
アーモンド		100 g	
ピーナッツ		100 g	② レーズンを湯で洗いほぐす。
カシューナッツ		100 g	
クルミ		100 g	③ 中華鍋に調味料を入れ、煮立て、①の材料を加え手早く混ぜる。仕上げに白ごまを混ぜる
白いりごま		大さじ2～3	
調味料		大さじ3	
	砂糖	大さじ3	
	醤油	大さじ2	
	みりん	大さじ1と1/2	
	ハチミツ	大さじ1と1/2	
	油	大さじ1と1/2	