

わたも種もそのまま ゴーヤチップス



【作り方】

- 1 ゴーヤをわたや種をそのままにして、3 mmの厚さで輪切りにする。
- 2 油で揚げる。
- 3 塩(少々)をふりかけてできあがり。

【材料】

ゴーヤ／油／塩少々