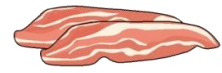


☆簡単メニュー☆

旬の白菜をたっぷり！

☆豚バラと白菜の中華炒め



【材料】大人2人分、こども1人分

・豚バラコマ切れ	200g
・白菜 (大2枚程度)	200g
・チンゲン菜	100g
A ・醤油	大さじ2
・オイスターソース	大さじ1
・酒	大さじ2
・みりん	大さじ1
・砂糖	大さじ1
・酢	大さじ1
・片栗粉	小さじ2

【作り方】

- ①白菜とチンゲン菜は3cm幅に切り、茎と葉に分けておく。
- ②フライパンで豚バラ肉を炒め、軽く火が通ったら白菜とチンゲン菜の茎を入れ、炒める。
- ③Aの調味料を入れ、フタをして弱火で少し煮る。
- ④最後に葉を入れ、しんなりするまで炒める。
- ⑤片栗粉を同量の水で溶き、④に加え更に加熱してとろみをつけ、器に盛る。



酢が入るのでさっぱりとした味の炒め物です。

☆冷蔵庫にある野菜でもどうぞ！
★ごはんにかけてどんぶりにしてもOK!