

食材2つだけ!

豚こま

×

小松菜

ナムルはチンして完成

## お手軽ビビンバ

材料 (2人分)

豚こま切れ肉…………… 200g  
小松菜…………… 2株(100g)  
ご飯…………… 茶碗2杯分  
韓国のみ…………… 8枚  
○にんにくのすりおろし  
…………… 小さじ1/2

○鶏ガラスープの素…………… 小さじ1/2  
○ごま油…………… 小さじ1  
○いりごま…………… 少々  
焼肉のたれ…………… 大さじ2  
サラダ油…………… 小さじ2  
ごま油…………… 小さじ2

### 1 ナムルを作る

小松菜は長さ3cmに切り、○も耐熱ボウルに入れてラップをかぶせて600Wの電子レンジで1分30秒加熱。

### 2 フライパンで炒める

豚肉をポリ袋に入れ、焼肉のタレを加えて袋の上からもむ。フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、豚肉を色が変わるまで炒める。

### 3 盛る

ご飯にちぎった韓国のみとごま油を混ぜて器に盛り、1と2をのせる。

調理時間

15分



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索