豆板醤がピリッとアクセントに

豚こま大根の麻婆風

材 料 (2人分)

豚こま切れ肉 ………… 150g
大根 ……… 8cm(200g程度)
薄力粉 ……………… 小さじ2
にんにくチューブ …… 小さじ1/2
豆板醤 ……………… 小さじ1/2
〇しょうゆ …………… 小さじ1
〇鶏ガラスープの素(顆粒)
………………… 小さじ1/3
〇オイスターソース …… 小さじ1
〇酒 ………………… 大さじ2
片栗粉 ……………… 小さじ1
ごま油 ……………… 大さじ1

1 材料を切る

大根は厚さ7mmのいちょう切りにする。耐熱皿にのせてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで3分加熱する。豚肉に薄力粉を薄くはたく。

2 炒める

フライパンにごま油、にんにく、豆板醤を入れて弱火にかけ、香りが出るまで炒める。中火にして豚肉を加え、肉の色が変わるまで炒める。大根と〇、水100ml(分量外)を加え、3分煮る。片栗粉に水小さじ2(分量外)を混ぜ合わせて加え、全体をかき混ぜてとろみがついたら火を止める。

トクバイ
このお店のチラシが見られる!
トクバイ 検索