

食材2つだけ!

豚ひき肉

×

切り干し大根



調理時間

20分

ストック食材の切り干し大根を活用!

ひき肉と切り干し大根のオイスター炒め

材料 (2人分)

豚ひき肉…………… 100g

切り干し大根…………… 30g

○オイスターソース…………… 小さじ2

○しょうゆ…………… 小さじ1

○酒…………… 大さじ1

○砂糖…………… ひとつまみ

○しょうがチューブ…………… 1cm

ごま油…………… 小さじ2

1 切り干し大根を戻す

切り干し大根はさっと水洗いし、10分水に浸す。鍋に湯を沸かし、水けを絞った切り干し大根を入れる。2分茹で、ザルに上げる。

2 炒める

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、ひき肉を入れてポロポロになるまで炒める。水けを切った切り干し大根を加え、水分がしっかり飛ぶまで炒めたら、○を加えて全体を炒め合わせる。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索