

食材2つだけ!

豚バラ肉

×

カット野菜



調理時間

10分

野菜もたっぷり!スタミナメニュー

## 豚バラ肉と野菜の塩だれ炒め

材料 (2人分)

豚バラ肉 …………… 150g

カット野菜(野菜炒めミックス)

…………… 250g

片栗粉 …………… 小さじ1

ごま油 …………… 大さじ1

○中華スープの素(練りタイプ)

…小さじ1(商品によって調節)

○酒 …………… 小さじ2

○にんにくチューブ …… 1cm

○こしょう …………… 少々

### 1 材料を切る

豚肉は3cm幅に切る。ボウルに片栗粉と水大さじ1(分量外)を入れて混ぜる。

### 2 炒める

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、豚肉を色が変わるまで炒める。野菜を入れしんなりしてきたら、水50ml(分量外)と○を入れ、全体を炒め合わせる。水溶き片栗粉を回し入れ、とろみがついたら火を止める。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索