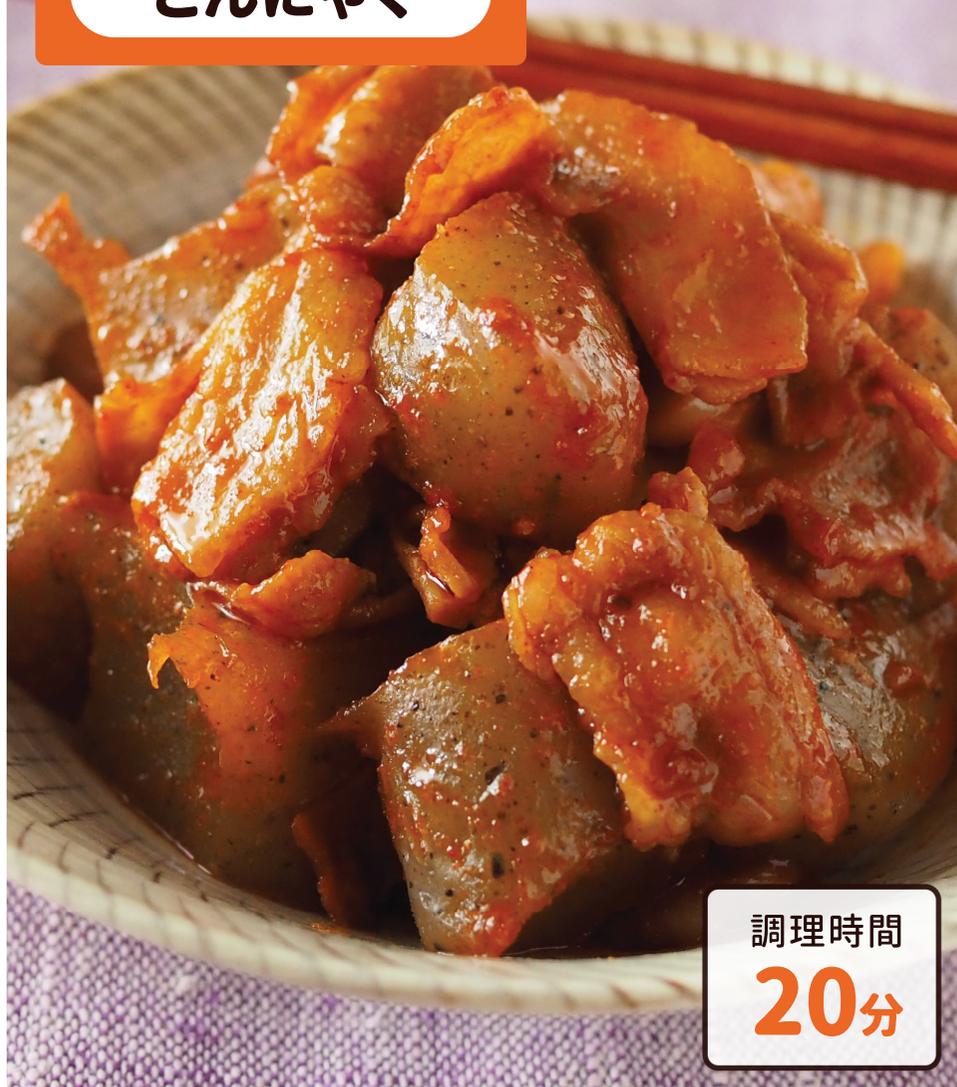


食材2つだけ!

豚バラ肉

×

こんにゃく



調理時間

20分

ピリ辛な味付けでご飯がすすむ

豚バラとこんにゃくのコチュジャン煮

材料 (作りやすい分量)

豚バラ肉(薄切り) …… 150g

こんにゃく(小) …… 1枚(250g)

○しょうゆ …… 小さじ2

○コチュジャン …… 大さじ1と1/2

○酒 …… 大さじ2

○砂糖 …… 小さじ2

○しょうがチューブ …… 1cm

1 材料を切る

こんにゃくはスプーンで食べやすい大きさになるようにちぎる。小鍋にこんにゃくとかぶる程度の水を入れ、中火にかけて沸騰後2分茹でる。豚肉は2cm幅に切る。

2 煮る

フライパンに豚肉を入れて中火にかけ、焼き色がつくまで炒める。こんにゃくを加え全体をさっと炒め、水100ml(分量外)と○を入れて汁けがなくなるまで煮る。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索