

キャベツの中華炒め

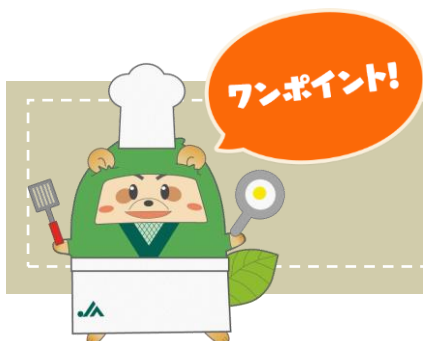


材料（4人分）

| | |
|---------------|------------|
| キャベツ | … 1枚 |
| タマネギ | … 1/2本 |
| シイタケ | … 中 1/4玉 |
| ニンジン | … 大さじ2 |
| 豚バラ肉 | … お好み |
| 乾燥春雨 | … 大さじ1 |
| ゴマ油 | … 小さじ1 |
| 白ゴマ | … 大さじ1 |
| A ニンニク(すりおろし) | … 1片 |
| ショウガ(すりおろし) | … 1片 |
| 酒 | … 50cc |
| しょう油 | … 大さじ2と1/2 |
| 砂糖 | … 大さじ1と1/2 |
| ゴマ油 | … 大さじ1 |
| 白ゴマ | … 大さじ1 |

作り方

- 1) キャベツをざっくり切り、タマネギとシイタケは薄切り、ニンジンは短冊切り、豚バラ肉は食べやすい大きさに切る。
- 2) 春雨をゆがき、ザルにあげて水気を切っておく。
- 3) フライパンにゴマ油を引き、ニンジンとタマネギを炒める。火が少し通ったらキャベツとシイタケを加えて炒め、7割程度火が通った時点で一旦取り出す。
- 4) フライパンにゴマ油を少し追加し、豚バラ肉を炒める。Aの合わせダレと③の野菜、春雨を加え、さっと炒める。皿に盛り、白ゴマを振ったらできあがり。



合わせダレはいろんな料理に使える
万能調味料だよ♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

