

水口かんぴょう麻婆

材料(2人分)

水口かんぴょう	… 20g
片栗粉	… 大さじ 2
サラダ油	… 適量
タマネギ	… 小 1 個
ピーマン	… 2 個
豚ミンチ肉	… 50g
ショウガ	… 1 片
ニンニク	… 1 片
塩・コショウ	… 適量

A	水	…150 cc
	中華顆粒ダシ	…小さじ 1/2
	しょう油	…大さじ 1
	酢	…大さじ 1
	酒	…大さじ 1
	砂糖	…大さじ 1 と 1/2
	豆板醤	…小さじ 1



作り方

- 1) 水口かんぴょうを水にもどし、5 mm幅に刻む。片栗粉(大さじ 1)をまぶし、揚げ油でキツネ色になるまで揚げ焼きする。
- 2) タマネギとピーマンを5 mmの角切りにし、素揚げする。
- 3) フライパンにサラダ油(大さじ 1)をひき、豚ミンチ肉とすりおろしたショウガ、ニンニクをなじませてから中火にかける。肉に火が通ったら塩・コショウを振る。
- 4) Aを加え、煮立ったら①と②を加えて絡める。片栗粉(大さじ 1)と水(分量外:大さじ 1)の水溶き片栗粉でとろみを付けたらできあがり。



色鮮やかで食感が楽しい一品♪

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!!

