



中華丼



(材料) 4人分

・ごはん	4杯分	・豚もも薄切り	120g	・砂糖	小さじ1
・白菜	150g	・おろししょうが	少々	・水	80g
・たまねぎ	1/2個	・おろしにんにく	少々	・鶏ガラスープの素	少々
・しいたけ	1個	・ごま油	15g	・塩、コショウ	少々
・にんじん	1/3本	・しょうゆ	大さじ1	・水溶き片栗粉	適量

(作り方)

- ①白菜は幅2cm、たまねぎ・しいたけは薄切り、にんじんは短冊に切る。
- ②豚肉にしょうが、にんにく、ごま油の半量、しょうゆ、砂糖を混ぜて10分程度漬けておく。
- ③鍋を熱して残りのごま油を入れ、②の豚肉とにんじん、たまねぎ、しいたけ、白菜を炒める。
- ④③の鍋に水、鶏ガラスープの素、塩、コショウを入れ味を調整し、
水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ご飯の上に④を乗せて出来上がり♪

さくらぎこぱん