

豚肉のフルコギ風



本来は牛肉ですが、豚肉でも美味しくできます。具沢山で野菜がたくさん取れ、ご飯がすすみます。



材料(4人分)

豚こま肉		150g
玉ねぎ		1/2個
人参		1/2本
チンゲン菜		1/2株
きゃべつ		4枚
しめじ		1/2房
おろしにんにく	...	少々
酒		小さじ1
ごま油		大さじ1
しょう油		大さじ3
砂糖		大さじ1
みりん		大さじ1
白ごま		適量

作り方

- ① 玉ねぎはスライス、人参は短冊切り、チンゲン菜・きゃべつはざく切り、しめじは食べやすい大きさにさく。
- ② フライパンにごま油をひき、豚こま肉・にんにくを炒め、酒をふる。
- ③ ②に①を加え炒め、調味料を加え全体に火が通ったらごまをかけて、出来上がり。

* 野菜はお好みで！

