

# おすすめレシピ

## 豚肉のねぎ塩炒め



冬の白ねぎはあまみがあって、ねぎが苦手な人もおいしく食べられます。塩とごま油の味がよく合います！

材料 4人分

材料名	分量	切り方など
豚肉こまぎれ	80 g	
白ねぎ	やくほん 約1本	わぎ 輪切り
キャベツ	まい 2枚	せんぎ 半切り
にんにく	1 かけ	みじんぎ 切り
油 (炒め用)	てきりよう 適量	
酒	こ 小さじ1	
しょうゆ	こ 小さじ1	
塩	こ 小さじ1/2	
こしょう	しょうしょう 少々	
ごま油	こ 小さじ1	



1 にんにくはみじん切り、白ねぎは5mmくらいの輪切り、キャベツは千切りにする。



2 フライパンを火にかけ、油 (適量) とにんにくを入れて少しいためる。にんにくの香りがしたら、豚肉と酒を入れていためる。

3 豚肉の色がかわったら、白ねぎ、キャベツを入れて、野菜がやわらかくなるまでいためる。

4 しょうゆ、塩、こしょうを入れて味をととのえる。

最後にごま油を入れて、できあがり。

