

豚肉と九条ねぎの甘辛煮



材料

A) 豚肩ロース切り落とし	150 g
片栗粉	小1
醤油	小1
B) 九条ねぎ（斜め切り）	3〜4本
生姜	1かけ
水	大1〜2
C) 砂糖	大1
みりん	大1
醤油	大2
ごま油	適量

できるから始まる
楽しい食育

レシピ動画



作り方の
ポイントは
動画で紹介



作り方

- ① Aの豚肩ロース切り落としに、片栗粉と醤油を揉みこむ。
- ② Cを混ぜておく。
- ③ フライパンを熱してごま油を入れ、①の豚肉を炒める。
いい焼き色がついたらBの九条ねぎ、すりおろした生姜を入れて炒め合わせ、水を入れてふたをし、蒸し焼きにする。
(中火で5〜10分)
- ④ 九条ねぎがクタっとしたらCを入れて全体にからめる。