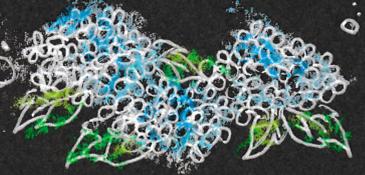




sakae's ouchi cafe

Recipe 2

「切りこんぶ」と豚バラ肉と厚あげのザンサイ炒め



本材料 (3~4人分)

- ・切りこんぶ ... 200g (食べやすい長さに切る)
- ・豚バラスライス ... 100g (3cm幅位にカット)
- ・厚あげ ... 150g (10大にカット)
- ・ザンサイ ... 30g (みじん切り)
- ・ごま油 ... 大さじ1
- ・酒 ... 大さじ2
- ・しょうゆ ... 大さじ2
- ・みりん ... 大さじ2



Let's cooking >>>



① フライパンにごま油を入れ中火で豚バラ肉を炒める



② 切りこんぶをカネ全体に油にからめようまぜ炒めていく



③ 厚あげと酒、みりんもカネよく炒めたらしょうゆもカネ全体をまぜ合わせ



④ ザンサイをカネ全体がまぜ合わせたら完成



sakae's ouchi cafe