

ぶたのやわらかしょうが焼き

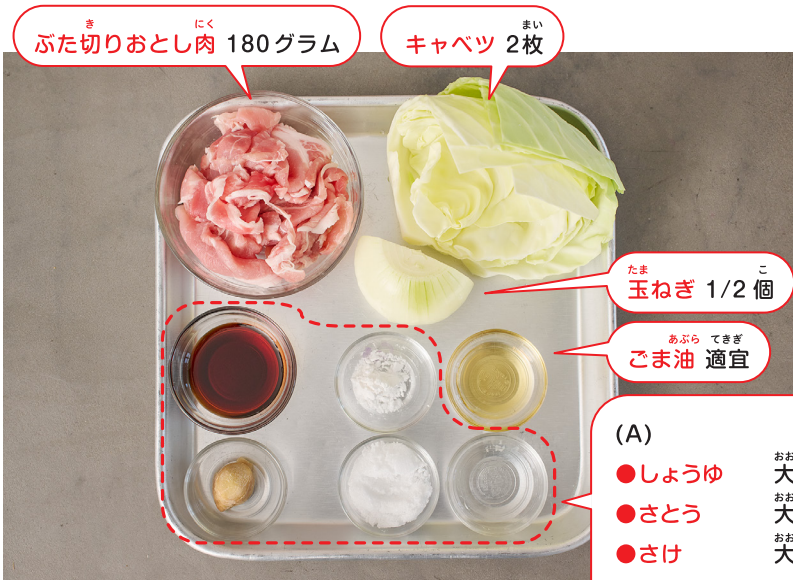
／つくってみよう！／

きゅうじつ 休日かぞくごはん



りょうりけんきゅうか
料理研究家
コウケンテツ

ざいりょう 材料 (2人分)



ぶた切りおとし肉 180グラム

キャベツ 2枚

たまご
玉ねぎ 1/2 個

あぶら てきぎ
ごま油 適宜

(A)

- しょうゆ おお 大さじ1と1/2
- さとう おお 大さじ1
- さけ おお 大さじ1/2
- しょうがのすりおろし 1 かけ
- かたくり粉 こ 小さじ1/2

つく 作り方

「しん」の部分も、
切りわけてから、細く切るよ！



たまご
玉ねぎはたてにうす切りに
します。



キャベツは細切りにします。



ぶた肉に A をからめます。



フライパンにごま油少々を
熱して、玉ねぎをいためます。



しんなりしてきたらぶた肉を
入れてほぐしながら、2～3分
こんがりといためます。



たまご
玉ねぎとぶた肉を、混ぜながら
いためます。



キャベツとともに器に盛って、
できあがりです！