

チンジャオロース

4人分

材料

にんにく	少々
生姜	少々
玉ねぎ	大1/2個
豚肉	160g
筍(水煮)	100g
ピーマン	小2個
サラダ油	小さじ1
砂糖	小さじ2
塩	少々
醤油	大さじ1
みりん	小さじ1
酒	小さじ1
片栗粉	小さじ2

切り方

すりおろし
すりおろし
スライス
細切り
千切り
千切り

A

作り方

- ① サラダ油でにんにく・生姜を炒め、香りがでてきたら玉ねぎを炒め、肉、たけのこの順に炒める
- ② Aで味を付けサッと茹でたピーマンを入れ、炒める
- ③ 水溶き片栗粉でとろみを付ける

材料・調味料の量は目安です