

# 夏野菜のすぶた

4人分

## 材料

人参	1/2本	ごま油	小さじ1	
玉ねぎ	1/2個	B 砂糖	大さじ1	
きゅうり	1本		醤油	大さじ1/2
トマト	1個		塩	少々
豚肉	150g		ケチャップ	20g
A 醤油	大さじ1/2	片栗粉	小さじ2	
	酒	大さじ1/2	ガラスープ	50cc
片栗粉・揚げ油	適宜			

## 作り方

- ① 人参・きゅうりは乱切り、玉ねぎは角切り、トマトは湯むきをして角切りにする
- ② 豚肉は食べやすい大きさに角切りにしてAに漬け込む
- ③ ごま油で人参・玉ねぎを柔らかくなるまで炒め、きゅうりを加える
- ④ ③にBとガラスープを入れ、煮立ったらトマトを加えて水溶き片栗粉でとろみを付ける
- ⑤ ②に片栗粉をつけて揚げる
- ⑥ ④と⑤を合わせて出来上がり

材料・調味料の量は目安です