

こまつな花マル井の具



材料（5人分）

豚肉（小間）	200g		
なると（薄切り）	50g	油	適量
たまねぎ（薄切り）	1個	しょうゆ	小さじ1
キャベツ（短冊）	1/4個	砂糖	少々
こまつな（2cm）	3株	塩	小さじ1弱
にんじん（短冊）	1/3本	こしょう	少々
スイートコーン	50g	ごま油	少々
エリンギ（短冊）	1/2パック	水溶き片栗粉	適量
しょうが（みじん）	1かけ	チキンスープ（中華だし）	150cc～

作り方

- ①材料を切る。
- ②フライパンに油を入れ、弱火でしょうがを炒め、豚肉を炒める。たまねぎ・にんじんの順に炒め、キャベツ・エリンギを加え、炒める。
- ③火が通ったら、チキンスープを入れ、なると・コーンを入れて調味する。
- ④水溶き片栗粉でとろみをつけて、こまつなを入れる。
- ⑤ごま油を入れて仕上げる。