



# 炒め納豆

□ 材料 約4人前

豚ひき肉	100g
玉ねぎ	1/2個
人参	1/2本
ニラ	50g
ひき割り納豆	2パック

生姜・砂糖	適量・大さじ1
醤油	大さじ2
酒	大さじ1



□ 作り方

- 【1】 玉ねぎ・人参・ニラは1センチの千切り、生姜はみじん切りにする。
- 【2】 玉ねぎ・人参は柔らかくなるまで、じっくりと炒める。
- 【3】 野菜に火が通ったら、ひき肉・生姜を入れパラパラになるまで炒める。
- 【4】 酒・砂糖を加え少し蒸したら、醤油・ニラを加える。
- 【5】 ニラがしんなりしたら、火を止めて納豆を加え良く混ぜる。

