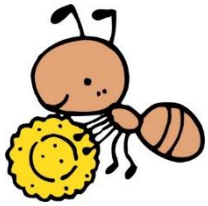
豚肉の塩こうじ炒め



＜材　料＞

4人前

豚肩ロース　400ｇ　玉ねぎ　1/2個　人参　50ｇ　液体米麹　60㎖

＜作り方＞

① 豚肉を一口大、玉ねぎは横に 1/2 に切ってスライス、人参は 3cm の短冊切りにします。
② 液体塩麹を①の材料に入れて、30分以上漬け込む。
③ フライパンを温めて、焦げやすいので中火と弱火の間でゆっくりと炒めます。
④ お皿に盛り付けて完成です。

＜ワンポイント＞

しっかりと味が付いていてご飯が進みます。簡単で美味しく、暑い夏にもピッタリです。
一緒に盛り付けしてある副菜はナスとピーマンの油炒めです。