

# 『いんげんの甘辛ひき肉炒め』

## 材 料

イ ひ 二 生 調 ご	ン キ ン 姜 味 し 酒 砂 ま	ゲ 肉 ニ 料 よ 糖 油	ン ク A う 油	1 0 大 大	0 さ さ さ	1 0 1 じ じ じ	袋 g 片 片 2 1 半 1
----------------------------	---	---------------------------------	-----------------------	------------------	------------------	----------------------------	--------------------------------------



## 【作り方】

- ① インゲンを3～4分下茹でして2～3等分にカットしておく。
- ② フライパンに油を引き、みじん切りにしたニンニク・生姜を炒める。
- ③ 香りがでたらひき肉を炒める。
- ④ Aを入れたらひき肉に馴染ませる。
- ⑤ インゲンを入れて炒める。最後にごま油を回し入れる。
- ⑥ 盛り付ける。