

『空芯菜と豚肉のさっと炒め』

材料(2人分)

空芯菜 (食べやすく切る)
しいたけなどのキノコ類 (食べやすく切る) 1束分
豚肉 (食べやすく切る) 2個分
150g
塩・こしょう・しょう油・鷹の爪
しょうが(みじん切り)
ニンニク(みじん切り)



写真はイメージです。

作り方

- ① 空芯菜は食べやすく切った後、茎と葉に分けておく。
- ② フライパンで豚肉をよく炒め、塩・こしょうをする。
次はキノコを入れ、生姜とニンニクを入れて、塩・こしょうをする。
- ③ ②に空芯菜の茎を先に入れて、炒まった所に、葉の方を入れ、塩・こしょう、鷹の爪、しょう油をサッと回しかけ味を整える。