

豚肉とピーマンの炒め物

材料(4人前)

豚こまぎれ肉 200g

ピーマン 4個

A(塩ひとつまみ しょう油少々 酒大さじ1
片栗粉小さじ1)

B(しょう油大さじ1 砂糖小さじ1/2)

サラダ油大さじ1



作り方

- ①豚肉はAをからめて10分おき、下味をつける。
- ②ピーマンはへたと種を除いて、縦にせん切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、肉を入れて色が変わるまで強火で炒めて、Bで調味し、中火にする。ピーマンを加えて1分ほど炒め合わせる。