



※画像はイメージです。

ネギ塩味でさっぱり

さっぱりネギ塩肉じゃが

材 料 (4人分)

豚バラ肉	150g
じゃがいも	3個
にんじん	1/2本
長ねぎ	1/2本
万能ねぎ	2本
水	1カップ
ごま油	小さじ2
＜下味＞	
ごま油	大さじ1
市販ガラスープ	小さじ1/4
ブラックペパー	適量
＜調味料＞	
市販ガラスープ	小さじ1・1/2
酒	大さじ1

作り方

1. 豚肉・じゃがいも・にんじんは一口大に切り、じゃがいもは水にさらす。
2. 長ねぎは縦半分に切り、斜め薄切りにして下味に浸す。
3. 万能ねぎは小口切りにする。
4. 鍋に油を熱し、豚肉・じゃがいも・にんじんを炒める。
水と調味料を加えて煮て、火が通ったら2を汁ごと加えて広げてのせる。
5. 落し蓋をし、汁気がなくなるまで煮て、ごま油を鍋肌から回しかける。
6. 皿に盛り付け、万能ねぎを散らす。