



※写真はイメージです。

香りが食欲を誘い、ごはんがすすみます

## 豚肉とキャベツの炒めもの

香りが食欲を誘い、ごはんがすすみます

## 豚肉とキャベツの炒めもの

### 材 料 (4人分)

豚肉肩ロース切りおとし	約150g
酒(下味用)	小さじ1
キャベツ	1/3切(400g)
スナップえんどう	8本
にんにく(みじん切り)	大さじ1
土しょうが(みじん切り)	大さじ1
酒	大さじ1
味の素KK中華あじ	大さじ1・1/3
こしょう	少々
AJINOMOTO サラダ油 (サラダ油)	大さじ1

### 作り方

1. 豚肉肩ロース切りおとしはひと口大に切り、酒(下味用)をもみ込む。キャベツは4cm角に切る。スナップえんどうは筋を取り、下茹でて半分に裂く。
2. フライパンにサラダ油を熱し、にんにく、土しょうがを炒め、香りが出たら1の豚肉肩ロース切りおとしを加えて炒める。
3. 肉の色が変わったら1のキャベツを加え、酒を加えて炒める。
4. 3のキャベツがしんなりしたら1のスナップえんどうを加え、「中華あじ」・こしょうで味つけする。