

# (株)勤労食×名古屋文理大学×農務課

料理名

調理方法

コスパ良し！時短もやし豚肉味噌丼

炒める

材料（4人分）

もやし	1袋
豚ひき肉	400 g
ねぎ	適量
片栗粉	小さじ4
水	小さじ4
ごま油	小さじ4

調味料A

味噌	大さじ2
醤油	小さじ4
砂糖	小さじ4
酒	小さじ4
みりん	小さじ4
おろししょうが	適量
豆板醤	小さじ2
ご飯	4人分適量

作り方

- ①調味料Aは混ぜ合わせておく。
- ②ねぎをみじん切りにする。
- ③フライパンで豚ひき肉をよく炒め、そこにもやしを加え軽く炒める。
- ④調味料Aを③に入れてよく絡ませ、水溶き片栗粉を加えてトロミをつけ、ひと煮立ちさせる。
- ⑤仕上げにごま油を入れる。
- ⑥ひき肉を盛り、ねぎをちらす。

アドバイス

ご飯の量はお好みで調整して下さい。

