

すこしお レシピ

No.222

(1人分)
203kcal
塩分
0.9g

ごぼうと豚肉のこんにゃく炒め



材料(2人分)

- ごぼう…………… 150g
- 豚バラ肉……………50g
- こんにゃく… 1/2枚
- ごま油… 大さじ1/2
- 赤唐辛子…………… 1/2本
- だし…………… 1カップ
- 砂糖…………… 大さじ1/2
- 酒…………… 大さじ1
- しょう油… 小さじ2

作り方

- 1 ごぼうは皮をこそげて千切りにする。こんにゃくは細切りにして湯がいておく。豚肉は3cmに切る。
- 2 鍋にごま油を熱してごぼうとこんにゃくを入れて炒め、油がまわったら小口切りにした赤唐辛子を入れ、だしを加え落し蓋をし、煮立ったら弱火にしてごぼうが柔らかくなるまで煮る。
- 3 豚肉、砂糖、酒を入れ2分煮る。しょう油を加え、煮汁がなくなるまで煮る。

懐かしい味が評判です。