

にんじんきんぴら

【材料/8～10 食分】

にんじん 140g, さやいんげん 40g, 豚ひき肉 100g, ごま油 10g

顆粒和風だし 1g, 濃口醤油 10g, 砂糖 4.5g, 酒 10g

【作り方】

- ① 筋を取るなど、さやいんげんの下処理を行う。
- ② にんじんを細切りにする。
- ③ フライパンにごま油をひいて中火で熱し、豚ひき肉を炒める。
- ④ ある程度肉に火が通ったら、にんじんとさやいんげんを加えて
にんじんがしんなりするまで炒め続ける。
- ⑤ だし、醤油、砂糖、酒を加えて水気がとぶまで炒める。

主菜と同じくらいの量を召し上がるお子さんもいらっしゃるほど人気の副菜メニューです。「あと1品どうしよう…」と困ったときなどにご活用いただければと思います♪