



ねぎ塩豚丼



レモンが入り、味がしっかりしながらもさっぱりと食べられます。ご飯の上のにのせて、がっつり食べたい一品です！

材料(4人分)

・白飯	適量
・豚肉(小間)	140g
・根深ねぎ	20g(みじん切り)
・ごま油	小さじ1弱
・食塩	小さじ1/3
・もやし	80g
・たまねぎ	200g(1/2スライス)
・根深ねぎ	100g(小口切り)
・にんにく	小さじ1/2(みじん切り)
・油	小さじ1/2
・料理酒	大さじ1/2
・水	大さじ2
・食塩	小さじ1/2
・白こしょう	少々
・レモン果汁	少々
・片栗粉	小さじ1強
・溶き水	大さじ1/2
・ごま油	少々
・小ねぎ	15g(小口切り)
・いりごま	小さじ1

作り方

- ① 豚肉に下味を付けておく。
- ② 油を熱し、にんにくを炒め、豚肉を炒める。
- ③ たまねぎ、ねぎ、もやしを入れて炒める。
- ④ 調味料を入れる。
- ⑤ 最後にごま油とレモン汁を加え、こねぎ、ごまを散らし仕上げる

※ ピーマンなどを入れるとさらに色どりよく仕上がります。

分量は、小学生6年生分量4人分で記載しています。
必要に応じて量を調整してつくってみてください♪

