

JA西条

第3回ときめきレシピコンテスト

応募作品

武井楓香さん作♪



なすと豚肉のみそ炒め

【材料】（2人分）

- 絹かわなす…236g ○豚こま肉…100g
○大葉…3g ○ごま油…大さじ1
A { ○みそ…大さじ1 ○酒…大さじ1
○みりん…大さじ1 ○醤油…小さじ1

【作り方】

- ①なすと豚肉は食べやすいサイズに切る。大葉は細切りにする。
- ②Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- ③フライパンにごま油を入れ、中火で豚肉を炒め、ある程度火が通ったら、なすを追加してさらに炒める。
- ④ナスがしんなりしてきたら①でカットした大葉と③で混ぜ合わせておいた調味料を入れさらに炒め、全体に味がなじんだら完成。

