

料理名（ 大根と豚肉の旨煮 ）



食品名	材料4人分
サラダ油	小さじ1
豚もも肉（角切り）	180g
古根しょうが	1かけ
だいこん	480g
にんじん	90g
だし汁	400ml
酒	小さじ2
A 砂糖	大さじ2強
しょうゆ	大さじ3
みりん	小さじ1
片栗粉	小さじ1
水（水溶き片栗粉用）	大さじ1
さやいんげん（冷凍可）	4本

（作り方）

- ① 古根しょうがは千切り、大根・にんじんは厚いちょう切りにする。
- ② さやいんげんは1.5cm幅に切り、下茹でしておく。
- ③ 鍋に油を入れ、豚肉・しょうがを炒める。
- ④ 肉の色が変わったら、大根・にんじんを入れ炒める。
- ⑤ 鍋にだし汁・Aの調味料を入れて煮込む。
- ⑥ 大根・にんじんに味がしみたら、水溶き片栗粉を入れ、とろみがでたらさやいんげんを入れひと煮たちする。

☆料理についてのコメント☆

冬が旬の大根を使ったレシピです。たっぷりの甘味のある大根をやわらかく煮込んだ料理です。簡単な煮込み料理なのでチャレンジしてみてください。

