

メニュー名：厚揚げと豚肉のみそキムチ炒め

材料（おとな4人分）

材料名	分量
豚肉	120g
厚揚げ	80g
はくさいキムチ漬け	40g
ピーマン	1/2個
もやし	1/2袋
しょうが	ひとかけ
にんにく	ひとかけ
油	小さじ1
☆みそ	小さじ1強
☆酒	小さじ2/3
☆砂糖	小さじ1/2
☆塩	ひとつまみ
☆オイスターソース	小さじ1/2
☆トウバンジャン	少々

作り方

1. 豚肉、厚揚げはひと口大に切る。ピーマンは千切り、しょうがとにんにくはみじん切りにする。
2. ☆の調味料を混ぜ合わせておく。
3. フライパンに油をしき、しょうが、にんにくを炒める。豚肉を入れて炒め、キムチともやしを炒める。
4. 2の調味料を加え、厚揚げを入れ崩れないように炒める。
5. 最後にピーマンを入れて、しっかり混ぜ合わせたら出来上がり。

ひとつポイント

ごはんが進む一品です。お弁当のおかずにも最適！

