

つくってみませんか？

甘辛く濃厚なタレと一緒に、白いご飯にかけていただきます。

<ルーローファン>

材料(4人分)

豚バラ(角切り)	…	100g
豚ひき肉	…	100g
酒(肉の下味)	…	小さじ1
にんにく(みじん)	…	1g
しょうが(みじん)	…	1g
ねぎ(粗みじん)	…	50g
干しいたけ(スライス)	…	3g
ごま油	…	小さじ1
〇しょうゆ	…	大さじ1
〇三温糖	…	大さじ1
〇水	…	50ml
片栗粉(水で溶いておく、とろみ用)	…	小さじ1

作り方

- ① ごま油にしょうが、にんにく、少量のねぎを入れて熱し、香りがたったら豚肉を炒める。
- ② しいたけ、残りのねぎを加えて、〇の調味料を入れて、煮る。
- ③ 水溶き片栗粉でとろみをつける。

