

★ねぎ塩豚炒め★

【材料 4人分】

豚肉スライス	・・・	100 g		
もやし	・・・	140 g	きゃべつ	・・・ 100 g
ねぎ	・・・	20 g		
おろしにんにく	・・・	3 g	レモン汁	・・・ 小さじ1
ごま	・・・	小さじ2	ごま油	・・・ 適量
塩	・・・	小さじ1/2	こしょう	・・・ 少々

【作り方】

1. きゃべつは色紙切り、ねぎは小口切りにする。
2. 熱したフライパンに、ごま油をしき、豚肉を炒める。
3. 肉に火が通ったら、きゃべつ、もやしを加え、炒める。
4. おろしにんにく、レモン汁、塩を加え、味を整える。
5. ねぎ、ごまを加えて、さっと炒め、こしょうをふる。