

キャベツと生揚げのみそ炒め



〈材料〉（4人分）

豚もも肉	・・・60g
キャベツ	・・・葉2枚
生揚げ	・・・1枚（150g）
にんにく	・・・1/2片
炒め油	・・・小さじ1/2
片栗粉	・・・小さじ1

A	{	豆みそ	・・・大さじ1
		しょうゆ	・・・小さじ1/2
		砂糖	・・・大さじ1
		酒	・・・小さじ1
		一味唐辛子	・・・少量

〈作り方〉

- ① 豚肉は2cm幅くらいの大きさに切る。生揚げは1cm幅の拍子切りにし、油抜きしておく。キャベツは2cm角程度の大きさに切り、にんにくはみじん切りにしておく。Aの材料は混ぜ合わせておく。
- ② フライパンに炒め油、にんにくを加え、にんにくのよい香りがしたら、肉を入れて炒める。
- ③ ②にキャベツを加えて炒め、キャベツがしんなりしたら、生揚げも加える。
- ④ ③にAを入れて、生揚げがくずれないように混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に水で溶いた片栗粉を加え、仕上げる。

【ひとくちメモ】

- ・彩りににんじんやピーマンなどの野菜を加えてもおいしいです。ごはんとの相性ぴったりのおかずです。