

【土】ハクサイと豚肉の韓国風炒め

材 料【2人分】

ハクサイ…中1/4玉	酒…大さじ2
ショウガ…1かけ	[A コチュジャン…大さじ1
豚ロース肉（薄切り）	砂糖…小さじ1
…200g	醤油…大さじ1/2]
<u>塩…少々</u>	葉ネギ…2～3本
エダマメ…30g（むき身で）	ゴマ…適量
湯…適量	糸トウガラシ（お好みで）
<u>塩…適量</u>	…少々
ゴマ油…大さじ1/2	

作り方

- ①ハクサイは3cm幅のざく切りにする。ショウガはみじん切りにする。
- ②豚ロース肉は食べやすい大きさに切り、軽く塩をしてもみこんでおく。
- ③エダマメは適量の湯と塩でゆがき、実を取り出しておく。
- ④フライパンにゴマ油を熱してショウガを入れ、豚ロース肉を炒める。
- ⑤フライパンから具材を取り出し、ハクサイを入れてさっと炒める。酒を加え、フタをしてハクサイがしんなりするまで3分ほど蒸し焼きにする。
- ⑥Aを加えて混ぜ、最後にエダマメを入れてさっと炒める。皿に盛り、小口切りにした葉ネギとゴマを散らし、糸トウガラシをあしらう。

