

## 水 九条ネギと牛肉のすき焼き風炒め

### 材 料【2人分】

九条ネギ…4本

パプリカ（赤）…1個

牛肉（薄切り）…100g

厚揚げ1/2パック

サラダ油…小さじ1

〔A 砂糖…大さじ1

醤油…大さじ2

みりん…大さじ1/2〕

### 作り方

- ①九条ネギは4cm程度の長さに、パプリカは細切りにする。
- ②牛肉、厚揚げは食べやすい大きさに切る。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、牛肉を炒める。色が変わったらパプリカと厚揚げを加え、パプリカがしんなりしたら九条ネギを加えてさらに炒める。
- ④Aの調味料を加えてサッと炒め、器に盛る。

