



# はるさめ からいた 春雨のピリ辛炒め



## 〈材料〉（4人分）

- ・炒め油→適量 ・にんにく（みじん切り）→1.2g ・根生姜（みじん切り）→1.2g ・豚ももひき肉→40g
- ・人参（せん切り）→30g ・長ねぎ（斜め切り）→50g ★・清酒→8g（小さじ2弱） ・豆板醤→0.8g
- ・オイスターソース→12g（小さじ2） ・濃口醤油→8g（小さじ1強） ・砂糖→1.2g（小さじ1/2弱）
- ・白こしょう→0.08g ・カット春雨→8g ・にら（2cm）→24g ・ごま油→2g（小さじ1/2）



①鍋に油を熱し、にんにく根生姜を炒め次に豚肉を入れてよく炒める。火が通ったら、人参を加えて炒める。



②長ねぎを加えて炒め、★の調味料で調味をする。



③カット春雨をゆでて戻す。



④春雨・にらを加えて手早く炒め、ごま油を入れて完成です！

※大量調理の量です。ご家庭では、調味料の量等を調整してください。