

茎ニンニクとベーコンの炒め物

材 料 (4人分)

茎ニンニク 2束 (160g)
干シイタケ 4枚
ニンジン 60g
ベーコン 200g
ショウガ 5g
太白ゴマ油 大サジ 2 (36g)
豆板醤 小サジ 1/2 (3g)
薄口醤油 大サジ 1/2 (9g)
酒 大サジ 1 (15g)
酢 小サジ 1 (5g)
水とき片栗粉 大サジ 2



作り方

- ① 茎ニンニクは 5cm 長さに切る。
- ② シイタケは戻し、せん切りにする。
- ③ ニンジンは 5cm 長さの短冊に切る。
- ④ ショウガはみじん切りにする。
- ⑤ ベーコンは 3cm 幅に切る。
- ⑥ 鍋に太白ゴマ油大サジ 2、豆板醤小サジ 1/2、ショウガのみじん切りを入れて熱する。
- ⑦ 香がでたら、⑤ のベーコンをほぐしながら加える。
- ⑧ ベーコンに熱が入ったら、① の茎ニンニク、②のシイタケ、③ のニンジンを加える。
- ⑨ 全体に熱が入ったら酒大サジ 1、薄口醤油大サジ 1/2、酢小サジ 1 を加え、大きく混ぜる。
- ⑩ 味を確かめ、水とき片栗粉大サジ 2 を加え、手早く混ぜ、器に盛る。

