

## 豚肉と大根の炒め煮



～材料（4人分）～

豚肉こま切れ：100g

こんにゃく：60g

にんじん：40g

だいこん：240g

じゃがいも：80g

厚揚げ：100g

さやいんげん：20g

ごま油：適量

おろししょうが：1g

料理酒：大さじ1/2

しょうゆ：大さじ1と1/2

さとう：大さじ1

和風だし：小さじ1/2

水：60g

～作り方～

①こんにゃくは、色紙切りにして下茹でする。にんじん、だいこんはいちょう切り、じゃがいもは一口大、厚揚げは食べやすい大きさ、さやいんげんは2cm程度の長さに切る。

②にんじんと、だいこんはさっとゆでておく。

③鍋にごま油をひき、しょうがを入れる。豚肉、酒を入れて炒める。そこに、にんじん、だいこん、じゃがいもを入れて炒める。

④さらに、こんにゃく、厚揚げ、水、調味料を加えて煮る。

⑤さやいんげんを加える。