

《主菜》 じゃが豚キムチ



職員にも好評な煮物です。見た目も味も
「肉じゃがにキムチとにらが入って、ごま油をきかせたもの」です。

▶材料（4人分）

豚もも小間	160g
玉ねぎ	120g
人参	40g
じゃが芋	250g
白滝	60g
ごま油（炒め用）	小さじ1
水	100ml～
砂糖	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ1と1/2
白菜キムチ	80g
にら	30g
ごま油（仕上げ用）	小さじ1

▶作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切る。玉ねぎはくし形、人参は乱切り、じゃが芋は食べやすく切る。白滝は食べやすい長さに切り、下ゆでしておく。
- ② ごま油で肉を炒め、①の野菜、白滝も炒める。水と調味料を入れて煮る。焦げるようなら水を足す。
- ③ 野菜に火が通ったらキムチとにらを加え、ごま油で仕上げる。

*にらはお好みで増やしてください。キムチの量は中学生向きなので、ご家庭で味をみながら入れてくださいね。甘辛味でご飯がすすみますよ。

