



## <料理名> サトイモのそぼろいため煮

### 料理の紹介文

#### 材料：(4人分)・・・目安程度

|      |                                  |
|------|----------------------------------|
| 里芋   | 12個                              |
| 豚挽き肉 | 160g                             |
| ごま油  | 大さじ 1. 5                         |
| A    | 酒大さじ 2      生姜汁小さじ 2      水      |
| B    | 砂糖大さじ 3      塩小さじ 1弱      しょう油少々 |
| ミツバ  | 半束(2cmに切る)                       |
| ユズ   | 少々(皮を千切りにする)                     |
|      |                                  |

#### 作り方：

- (1) 里芋は皮をむき、厚さ1cmの輪切りにする。
- (2) 豚挽き肉にAを入れ混ぜほぐす。
- (3) フライパンを熱しごま油を入れて里芋を炒める。表面が透き通ったら、豚挽き肉を加え炒める。
- (4) 挽き肉がほぐれたらひたひたの水を入れて、約10分煮る。
- (5) 里芋に火が通ったら、Bで調味しミツバを入れ火を止める。
- (6) 器に盛りユズを散らす。出来上がり。
- (7)

《その他、上記の料理にピッタリの一品(付け合わせなど)がありましたらご記入ください。》

- 紅白なます
- きのコスース
- 
-