

豚肉と豆もやしのピリ辛ご飯

【材 料】

ご飯	4 膳		
豚肉	150g	小間切れ	
しょうゆ	小さじ1	下味	
砂糖	小さじ2		
酒	小さじ1/2		
こしょう	少々		
大豆もやし	1/2 袋		
ごま油	小さじ1	タレ	
にんにく	1 かけ		みじん切り
しょうゆ	大さじ2		
豆板醤	少々		
白ごま	小さじ2		
万能ねぎ	1 束		小口切り

【作り方】

- ① 豚肉に下味をつけ、フライパンで焼く。
- ② 豆もやしはゆでる。
- ③ ごま油で、にんにくを香りよく炒め、しょうゆ・豆板醤を入れ、白ごま・万能ねぎを加え仕上げる。
- ④ ③のたれの半分をごはんに混ぜる。
- ⑤ 残りのタレは、①と②に混ぜる。
- ⑥ ④のご飯に⑤をのせ出来上がり。
※豆板醤の量で辛さを調節してください。

