

生揚げとなすの中華煮



【材 料】 4人分

豚小間肉	100g			
酒	大さじ 1			
しょうゆ	大さじ 1			
しょうがチューブ	2cm			
じゃが芋	120g	厚いちょう切り	炒め油	大 1
なす	60g	厚いちょう切り	ごま油	大 1
揚げ油	適宜			

【合わせ調味料】

にんにくチューブ	2cm		砂糖	大 1
しょうがチューブ	2cm		しょうゆ	大 2
長ねぎ	10g	みじん切り	赤みそ	大 2
にんじん	40g	いちょう切り	コチュジャン	小 1
たまねぎ	100g	色紙切り	テンメンジャン	小 1
青ピーマン	20g	色紙切り	酒	大 2
たけのこ水煮	20g	色紙切り	水	80ml
しめじ	12g	ほぐす		
生揚げ	200g	厚色紙切り		

【作り方】

- ① 生揚げは油抜きする。
 - ② 豚肉に下味をつけておく。
 - ③ じゃが芋となすは素揚げする。
 - ④ 油でにんにく、しょうが、長ねぎを炒め、豚肉と野菜を順に炒める。
 - ⑤ 生揚げ、合わせ調味料、水を加え煮る。
 - ⑥ 素揚げしたじゃが芋、なすを加え、ごま油を回し入れて仕上げる。
- ※コチュジャンの代わりに一味唐辛子少し
テンメンジャンの代わりに砂糖多めでも大丈夫！