



野菜たっぷり！豚キムチ丼



【材 料】 4人分

ご飯 適量

豚肉 240g

（肩ロース肉または、こま肉）

しょうが 適量

酒 小さじ2

片栗粉 大さじ1

玉ねぎ 1個

白菜 2～3枚

にら 1／3束

キムチ 100g

マヨネーズ 大さじ2

めんつゆ 大さじ2

【作り方】

- ① 豚肉は短冊切りにする。しょうがはすりおろす。玉ねぎはスライス。白菜は短冊切り。にらは2センチ幅に切る。
- ② 豚肉にしょうがと酒で下味をしておく。炒める前に片栗粉をまぶす。
- ③ フライパンにマヨネーズを入れ、火をつける。
- ④ 豚肉を入れ、よく炒める。
- ⑤ 豚肉に火が通ったら、玉ねぎ、キムチ、白菜、にらの順に入れ、炒める。
- ⑥ 野菜に火が通ったら、めんつゆで味付けする。
- ⑦ ご飯をよそった丼ぶりに、豚キムチを盛り付けて、できあがり！

- ・ しょうがは、おろししょうがで代用可です。マヨネーズは、サラダ油で代用可です。
- ・ 市販のキムチによって辛さは異なります。好みによって、調節してください。
- ・ 野菜は、もやしや長ねぎもおすすめです。ご家庭の冷蔵庫にあるものでよいです。