

ユッケジャン

【材 料】 4人分

豚こま肉又は牛肉切り落とし	200g	
ぜんまい水煮	100g	
にんじん	1/2 本	せん切り
大豆もやし	1 袋	
ほうれん草	1/2 束	ゆでて2~3 cmカット
長ねぎ	1/2 本	小口切り
ニラ	1/2 束	2~3 cmカット
卵	2コ	
ごま油	小さじ1	
塩・こしょう	少々	
水	3カップ (600ml)	

A 混ぜ合わせておく
コチジャン 小さじ2
さとう 小さじ2
しょうゆ 大さじ2
にんにくチューブ 3cm
粉とうがらし 少々

【作り方】

- ① ごま油で豚こま肉（牛肉）を炒める。
- ② 塩・こしょうを入れ、にんじん・ぜんまい・Aの合わせ調味料を入れてよく炒める。
- ③ 水を加え沸騰したら大豆もやしを入れて煮る。
（大豆もやしなので豆がある程度やわらかくなるのを確認）
- ④ 大豆もやしが生えたらほうれん草・ニラ・長ねぎを入れて沸騰したら溶き卵でとじたら出来上がり。

*コチジャン・さとう・粉とうがらしは好みで加減してください。

☆ ごはんにかけても美味しいです！ ☆

