

豚肉のごまみそあえ

【材料（4人分）】

| | |
|----------|--------|
| ・豚肉 | 200g |
| ・おろししょうが | 小さじ1 |
| ・みそ | 小さじ2 |
| ・酒 | 小さじ1 |
| ・しょうゆ | 大さじ1/2 |
| ・さとう | 小さじ2 |
| ・みりん | 大さじ1/2 |
| | |
| ・白すりごま | 小さじ2 |
| ・白いりごま | 小さじ1 |
| ・ごま油 | 小さじ1/2 |

【作り方】

- ① 豚肉をゆで、ザルにとり、水分を切る。
- ② 鍋やフライパンにおろししょうが～みりんまでを入れて混ぜ合わせ、加熱する。少し煮詰まるとろみがついてきたら、①を加えてあえる。
- ③ すりごま、いりごま、ごま油を加えて仕上げる。

*給食では玉ねぎやにんじん、たけのこも加えてボリュームが出るようにしています。ご家庭でも、ピーマン、なすなど、お好みの野菜を加えて作ってください。