

豚バラこんにゃくの味噌炒め

材料 (2人分)

板こんにゃく 1枚(250g)

豚バラ肉 200g

◎味噌、酒、みりん各大さじ 1

◎砂糖、醤油各大さじ 1/2

◎コチュジャン 小さじ 1

刻みネギ 適量

一味 適量



作り方

1



こんにゃくをスプーンで一口サイズに切る。

2



沸騰したお湯で2分茹で、ザルにあげる。

3



フライパンに油を熱し、こんにゃく、豚バラ肉の順に入れて炒める。

4



肉の色が変わったら、合わせた◎を加えて汁気が無くなるまで炒める。
お好みに刻みネギと一味をかけて完成です。

5



完成です。おかず、お酒にもぴったりです！