

# \ Let's cook! /

料理名

作った写真を  
はり付けてみよう



コメント

## 材料：4人分

- ごはん：4膳分
- 卵：4個
- ピーマン：2個
- パプリカ（赤・黄）：各1個
- 豚肉：200g
- 塩：適量
- 胡椒：適量
- ごま油：適量
- 中華ソース：適量

## 作り方

1. ピーマンとパプリカは細切りに、豚肉は一口大に切る。
2. フライパンにごま油を熱し、豚肉を炒める。豚肉が白くなったら卵を割り入れ、さらに炒める。
3. ごはんと切った野菜を加えて全体がよく混ざるまで炒め続ける。
4. 中華ソース、塩、胡椒で味を調える。