

\ 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

- 豆腐：1丁
- ピーマン：1個
- なす：1個
- 豚ひき肉：200g
- 豆板醤：大さじ1
- 甜麵醬：大さじ1
- 醤油：大さじ1
- 砂糖：大さじ1
- サラダ油：大さじ1
- ニンニク：2片

作り方

1. 豆腐は一口大に切り、熱湯でさっと茹でます。
2. ピーマンとなすは食べやすい大きさに切ります。
3. フライパンにサラダ油を熱し、にんにくと生姜を炒めます。
4. 豚ひき肉を炒め、全体に火が通ったらピーマンとなすを加えます。
5. 全体が混ざったら豆板醤、甜麵醬、醤油、砂糖を加え、よく混ぜます。
6. 鶏ガラスープを加えて煮込み、豆腐を加えます。
7. 全体がよく混ざったら火から下ろし、皿に盛り付けて完成です。

- 生姜：一かけ
- 鶏ガラスープ：200ml