



# 切り干し大根のチンジャオロース



4人分(大人2人幼児2人)

## 《材料》

	• 切り干し大根	40g		• 生姜	10g
	• 豚もも薄切り	250g		• オイスターソース	小さじ2 1/2
A	• しょうゆ	小さじ1	B	• しょうゆ	小さじ2
	• 酒	小さじ1		• 酒	大さじ1
	• ごま油	小さじ1		• みりん	小さじ1
	• ピーマン	中~大1個		• 片栗粉	大さじ1
	• パプリカ(赤)	中~大1個		• 水	20ml
	• エリンギ	2本程度			

## 《下準備》

- ① 豚肉は一口大に切る。
- ② Aを合わせ、豚肉を軽くもみこんでおく。
- ③ 切り干し大根は戻し、3~4cm位の長さに切る。
- ④ エリンギ、ピーマン、パプリカ(赤)は3~4cm位の長さのせん切りにする。
- ⑤ 生姜はみじん切りにする。
- ⑥ Bの調味料を混ぜ合わせておく。

## 《作り方》

- ① 鍋にごま油を熱し、生姜を炒め、生姜の香りが出てきたら、豚肉を加えてさらに炒める。
- ② 豚肉の色が変わったら、エリンギ、ピーマン、パプリカ(赤)を入れて炒める。
- ③ ①に切り干し大根を加えてさらに炒め、⑥を加える。
- ④ 水溶き片栗粉でとろみをつける。

※切り干し大根は、炒め過ぎると食感がなくなるので、後から加えサッと炒めるといいですよ！  
※切り干し大根は産地や製造方法によって軟らかさが異なります。