

チカラ

キャベツの力



キャベツの大きめの葉2~3枚で1日に必要なビタミンCを摂ることができます。ビタミンCはかぜの予防や疲労回復に効果があるといわれています。



※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



豚肉とキャベツの「追いがつおつゆ」炒め

調理時間
20分

1人分
286kcal

豚肉とキャベツの「追いがつおつゆ」炒め

調理時間

20分

1人分

286kcal

【材料/2人前】

豚肉小間切れ……………200g

キャベツ……………1/4個

サラダ油……………適量

ミツカン 追いがつおつゆ2倍…1/4カップ

【作り方】

①キャベツはザク切りにする。

②フライパンでサラダ油を熱し、豚肉とキャベツを炒める。

③「ミツカン 追いがつおつゆ2倍」を回しかけ、サツとなじませて水分をとばす。