

玉ねぎ



加熱すると甘みと旨みが出ます。
風通しのよい場所で長期保存
が可能です。切ったものは
ラップなどでくるみ冷蔵庫へ
入れましょう。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



トマトケチャップで簡単中華 酢豚

調理時間
約20分

1人分
406kcal

トマトケチャップで簡単中華 酢豚

調理時間
約20分

1人分
406kcal

【材料/2人分】

豚ロース肉(1cm厚さ).....	180g
片栗粉.....	大さじ1
玉ねぎ.....	1/2個
赤パプリカ.....	1/2個
ピーマン.....	2個
しいたけ.....	2個
サラダ油.....	大さじ1と1/2
カゴメ トマトケチャップ.....	大さじ3
しょうゆ.....	小さじ1
酢.....	小さじ2
水.....	大さじ2

【作り方】

- ①豚肉は2cm角に切り、片栗粉をまぶす。
- ②玉ねぎはくし形切り、パプリカ、ピーマンは乱切り、しいたけは一口大のそぎ切りにする。
- ③Aを混ぜ合わせる。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、豚肉、玉ねぎ、パプリカ、しいたけの順に炒め、ピーマンを加えてひと炒めし、Aを加え炒め合わせる。