

◆ピーマンの肉味噌炒め



材料 4人分

- | | | | |
|---------|------|-------|------|
| ・ピーマン | 4個 | ●調味料 | |
| ・合挽きミンチ | 400g | ・砂糖 | 大さじ2 |
| ・おろし生姜 | 小さじ1 | ・濃口醤油 | 小さじ4 |
| ・サラダ油 | 小さじ4 | ・味噌 | 大さじ2 |

作り方

- ① ピーマンを水洗いし、半分に切り、種を取り除いて縦に細く千切りにする。
- ② 片手鍋にサラダ油を入れて熱し、合挽きミンチ・おろし生姜を入れ、肉の色が変わるまで炒める。
- ③ ②に調味料をすべて入れ、全体にからめるように弱火で炒める。
- ④ ③に①のピーマンを加え、ピーマンがしんなりするまで炒めたら、出来上がり ✨

ポイント！

最後にピーマンを入れることで、色鮮やかに仕上がり、シャッキッと食感も楽しめます👍