

豚肉となすのピリ辛みそ炒め

材料 (2人分)

豚肉スライス	150g
なす	2本
にんにく	少々
しょうが	少々
豆板醤	小さじ1
合わせ調味料	
└みそ	大さじ2
└砂糖	大さじ1/2
└みりん	大さじ1/2
└紹興酒	大さじ1
サラダ油	適量
ごま油	小さじ1



作り方

1. なすは乱切り、にんにく、しょうがはみじん切り、豚肉は一口大に。
2. ボウルで合わせ調味料を混ぜておく。
3. なすを素揚げして、金ざるにとりだしておく。
4. 中華鍋に、にんにく、しょうがを入れ香りがしてきたら、豚肉と豆板醤を入れて豚肉に火が通るまで炒める。
5. なすを戻し入れ混ぜ合わしたら火を弱火にして、合わせ調味料を加えて絡める。
6. ごま油をまわしかけ、ひと混ぜする。

✖️・なすを素揚げせずに、炒めてもOK！！

所要時間 20分
主な調理器具 中華鍋