

給食でおなじみ！超簡単！ビーフンの五目炒め



| | |
|----------|-------|
| 【材料】 | <4人分> |
| ビーフン | 60g |
| 豚肉 | 80g |
| 酒 | 少々 |
| 玉ねぎ | 大1/2個 |
| にんじん | 1/3本 |
| キャベツ | 1/4玉 |
| 干ししいたけ | 2枚 |
| ピーマン | 大1個 |
| にんにく | 少々 |
| しょうが | 少々 |
| しょうゆ | 小さじ1 |
| オイスターソース | 大さじ1 |

作り方



① ビーフンと干ししいたけをもどす



② 豚肉に酒をからめておく



③ 玉ねぎ・人参・ピーマンを千切り
キャベツを粗目の千切りにする



④ フライパンに油を熱し刻んだ
にんにく・しょうがを入れて
香りを出し豚肉を炒める



⑤ 干ししいたけ③の野菜をしんなり
するまで炒める



⑥ しょうゆ・オイスターソース
戻したビーフンを加えて炒め
塩・こしょうで味を調える