

# なつやすみ おひるごはんをつくろう！！

## スタミナ満点「豚キムチ丼」

### ざいりょう にんぶん 材料(4人分)

こめ お米…3合

わふう 和風キムチ…150g

ほん ニラ…1本

酒 小さじ1

しょうゆ 小さじ1

しょうが 少々

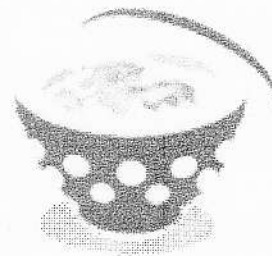
マヨネーズ、七味…お好みで

ぶた にく 豚バラ肉…200g

たまねぎ…1/2個

ごま油…少量

「ま<sup>い</sup>とめて入れる(★)」



### つくりかた

- ① こめ あら お米を洗い、すいはんきにセットする。
- ② しょうが をすりおろしておく。ぶたにく しるし ちようみりよう 豚肉と★印の調味料をあわせて、したあじ 下味をつける。
- ③ たま 玉ねぎ、ニラは適当な大きさに切っておく。
- ④ あぶら ねっ たま いた ひ とお 油を熱し、玉ねぎを炒める。火が通ってきたら、ぶたにく いた 豚肉を炒める。ニラ、キムチをくわ 加え、さらにいた 炒める。
- ⑤ 仕上げに、ごま油を加えて火を止める。
- ⑥ ごはんをどんぶりによそり、いためたぶた 豚キムチを盛り付け、お好みでマヨネーズと七味をしちみ かんせい かけて完成！