

ユーシャンロースー

(中国風豚細切り肉のニンニクソース炒め)



材料 (6-7 食分)

| | |
|----------------|--------|
| 豚赤身肉 (細切り) | 1 kg |
| きくらげ (戻したもの) | 一つまみ |
| 人参 (細切り) | 3 本 |
| ピーマン (細切り/乱切り) | 2 個 |
| 卵 | 5 個 |
| ニンニク (みじん切り) | 5 片 |
| ネギ (みじん切り) | 1-2本 |
| 醤油 | 大さじ 3 |
| 砂糖 | 大さじ 15 |
| 酢 | 大さじ 10 |
| 料理酒 | 大さじ 2 |
| サラダ油 | 大さじ 15 |
| 片栗粉 | 大さじ 5 |
| 水 | 適量 |
| 塩 | 適量 |



写真はイメージです。

作り方

1. 大きいボウルに豚肉、片栗粉、塩、卵を入れ、よく混ぜたら、約3分浸けておく。
2. 鍋でお湯を沸かして、人参、きくらげ、ピーマンを約3分茹でて、水を切る。
3. フライパンにサラダ油を入れて加熱したら、漬け込んだ豚肉を軽く炒める。
4. ニンニク、ネギ、茹でた野菜を加え、掻き混ぜる。
5. 醤油、酢、砂糖、料理酒を加えて、火が通るまで炒めたら、完成。
6. 白いご飯と一緒に食べる。