

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。