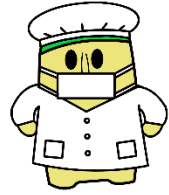


キムチじゃこチャーハン(5人分)



《材 料》

●下ごしらえ●

・豚肉	150g	・・・こま切れにする
・おろししょうが	少々	
・白菜キムチ	40g	
・サラダ油	適量	
・ちりめんじゃこ	15g	
・にんじん	25g	・・・短冊切り
・青ねぎ	25g	・・・小口切り
・ごま油	小さじ1	
・砂糖	少々	} A
・濃口しょうゆ	小さじ1	
・炊いたごはん	適量	

《作り方》

- ① 材料の下ごしらえをする。
- ② フライパンにサラダ油を入れ熱し、しょうがと一緒に豚肉を炒める。
- ③ 豚肉に火が通ったら、にんじん入れて炒める。
- ④ にんじんが柔らかくなったら、ネギを入れ、A で調味をし最後にごま油を入れる。
- ⑤ 炊いたごはんを混ぜたら完成！



* 炒り卵を入れてもおいしいですよ(^_^)♪

* 調味料はお好みで加減してください