

おいしく お勉強!

あじのも中長

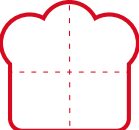
やさしい



簡単時短
レシピ編

たっぷり野菜の豚キムチ

たっぷり野菜の豚キムチ 1

ふた にく はく さい
豚ロース肉や  菜キムチを

つか にん き
使った人気の

しゅ さい
 菜レシピです。



たっぷり野菜の豚キムチ 2

ざいりょう にんぶん
材料(4人分)

ぶた にく グラム
豚ロース肉.....200g

はく さい グラム
 菜キムチ.....300g

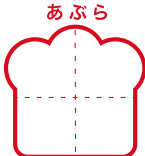
もやし.....1袋

にら.....1/2束

あじ もと ちゅう か こ
「味の素KK中華あじ」.....小さじ1

しょうゆ.....大さじ1

「AJINOMOTOごま .....

ず 好きのごま .....大さじ4

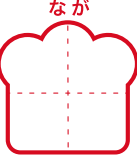
たっぷり野菜の豚キムチ 3

作り方



(1) 豚  は大きめのひと口大に

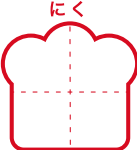
切る。白菜キムチ、にはは

4~5cm  さに切る。

たっぷり野菜の豚キムチ 4

(2) フライパンに

ごま油大さじ2を熱し、

(1)の豚  を炒める。

(1)の白菜キムチ、もやしを加え、

 体がよく混ざるように

炒め合わせる。

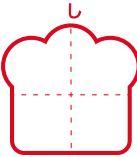
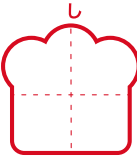
たっぷり野菜の豚キムチ 5

(3)「華あじ」を加えて混ぜ、

(1)のらを加える。



鍋肌からしょうゆを入れてサッと

炒め、上げにごま油

大さじ2を回しかける。

答えは、AJINOMOTO Parkへ▶

