

おいしく お勉強!



あじのも中長

むずかしい



ランチ
レシピ編

豚キムチのおこげ飯

豚キムチのおこげ飯 1

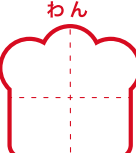
はん ご飯や  こま切れ肉を使った

にん き しゅじょく
人気の主食レシピです。



豚キムチのおこげ飯 2

ざいりょう ふたり ぶん
材料(2人分)

はん ちゃ わん だい はい ぶん グラム
ご飯・・・茶  大2杯分(400g)

ぶた ぎ にく グラム
豚こま切れ肉・・・・・・・・・・150g

はい さい グラム
白  キムチ・・・・・・・・・・100g

あじ もと ちゅう か こ
(A)「味の素KK中華あじ」・・・小さじ1

しょうゆ こ
(A)しょうゆ・・・・・・・・・・小さじ1

「Cook Do」コチュジャン・・・小さじ1(5g) グラム

「AJINOMOTO ごま油好きの あぶら ず

ごま油」・・・大さじ2 あぶら おお

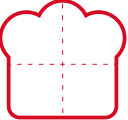
*「Cook Do」コチュジャン こ 小さじ1は、チューブで
センチ やく グラム
8cm(約5g)です

豚キムチのおこげ飯 **3**

つくり方 ^{かた}



(1) フライパンにごま油を ^{あぶら}  し、

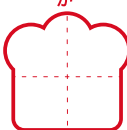
豚肉、白 ^{さい}  キムチの順に ^{じゆん}

炒める。ご飯を加えてさらに炒め、 ^{いた} ^{はん} ^{くわ} ^{いた}

(A)を加えて混ぜ、サッと炒める。 ^{くわ} ^ま ^{いた}

豚キムチのおこげ飯 **4**

(2) (1)を広げて、おこげができる ^{ひろ}

までしばらく ^か  ^{ねっ} 熱する。

「コチュジャン」を加え、 ^{くわ}

よく ^ま  ^あ ぜ合わせる。

答えは、AJINOMOTO Park... へ ▶

