















# フランクソーセージのケチャップ煮

<材料：4人分>

	フランクフルトソーセージ	・ ・	200g
	たまねぎ	・ ・ ・ ・	100g
	グリーンピース	・ ・ ・ ・	20g
	サラダ油	・ ・ ・ ・	小さじ1
	A	トマトケチャップ	・ ・ 大さじ1強
		砂糖	・ ・ ・ ・ 小さじ1
		ソース	・ ・ ・ ・ 小さじ1

学校給食の分量です。ご家庭で作る場合は分量の調整をしてください。

<作り方>

-  ① フランクフルトソーセージは1cmななめ切りにする。
-  ② たまねぎはせん切りにする。
-  ③ グリーンピースはゆでる。
-  ④ サラダ油を熱し、たまねぎをよく炒める。
-  ⑤ フランクフルトソーセージを入れ、炒め、  
 Aで調味し、煮汁がほぼなくなるまで煮込む。
-  ⑥ グリーンピースを加えて煮る。