



# ★豚肉のしょうが炒め★

## 【材料：4人分】

豚肉（スライス）・・・200g  
しょうが　　・・・　1片  
サラダ油　・・・小さじ1・1/2  
にんじん　　・・・　40g  
砂糖　　　　・・・大さじ1  
こいくちしょうゆ  
　　　　　　・・・大さじ1/2

## 【作り方】

- ① しょうがはみじん切り、にんじんはせん切りにする。
- ② サラダ油を熱し、しょうが、豚肉を炒め、あく、油をとる。
- ③ にんじんを入れ、炒める。
- ④ 砂糖、こいくちしょうゆで調味する。

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。

