



<材料> 約大人2人子ども2人分

- 厚揚げ 360g (約2枚)
- 豚肉 50g
- 人参 54g (1/2本)
- 玉ねぎ 108g (1/2個)
- 蕪 18g (1/5束)
- 干し椎茸 中2枚
- だし汁 150cc (鰹だし&干し椎茸の戻し汁)
- 醤油 大さじ1/2
- 片栗粉 大さじ1/2

<作り方>

1. 厚揚げは、フライパンで両面をこんがり焼いて一口大に切っておく。
2. 干し椎茸は戻して、薄切りにする。
3. 人参は千切り、玉ねぎは薄切り、蕪は2cm長さに切る。
4. 鍋で豚肉を炒め、火が通ったら、だし汁を加える。
5. 4に人参・玉ねぎ・干し椎茸を入れ、煮立ったら、蕪を加える。
6. 醤油で味を整え、水溶き片栗粉でとろみをつけたら、厚揚げにかけて出来上がり！

★ もやし・白菜・小松菜など、お好みの野菜に変えても作れます！