

## 豚こまとしいたけの甘酢あん

## 材料 (2人分)

豚こま切れ肉 200g

甘酢あん

水 1/4カップ

しいたけ 3個

砂糖・しょう油 各大さじ1

玉ねぎ 1/2個

トクゲチャップ 大さじ2

しょうがのすりおろし 小さじ1

片栗粉 小さじ1

酢 小さじ1

酒・しょう油・片栗粉・サラダ油

- 玉ねぎは縦に幅3cmに切り、長さを半分に切ってほぐす。
  - しいたけは石づきを切り、4割に切る。
  - 甘酢あん材料を混ぜる。
  - 豚肉は、大きければ、食べやすく切り、しょうがと、酒、しょう油各大さじ1/2、片栗粉大さじ3を糖にしみ込む。
  - フライパンにサラダ油大さじ1と1/2を入れ、豚肉を2~3cm大の円形にまとめて並べる。

- 1のフライパンを中火で4分ほど熱し、肉の両面がカリッとするまで焼く。
  - 余分な脂をふきとり、玉ねぎ、しいたけを加えて炒める。
  - 玉ねぎがすすとおったら、甘酢あんをもう一度よく混ぜてから加え、手早く炒め合わせる。

※ 手軽に作れる酢豚のような一品。

下味をつけたこま切れ肉は、だんご状ではなく、平らな円形にまとめます。火の通りがよくなります。

## えのきと 三つ葉の ホン酢あえ

### 材料 (2人分)

えのきだけ 1袋

三つ葉 1束

ホン酢 しょうゆ 大さじ1

1. えのきだけは 根元を切り、長さ5半分に切る。

・三つ葉は根を切り、長さ3cmに切る。

2. 鍋に湯をわかし えのきを入れて、ひとまぜし

三つ葉を加えて、ふとゆでる。

ともしぎらにあげ、冷水にさらして、さまし水けをしぼる。

・ボールに入れ、ホン酢しょうゆを加えてあえる。

※ 三つ葉のかおりで 後味さわやか

こってり おかずのつけ合わせにぴったりです。