

ビビンバ丼

〈作りやすい分量：4人分〉

	ご飯	適量
具	豚小間	150g
	清酒	小1
	にんにく	1／2片
	生姜	ひとかけ
	油	小1
	もやし	100g
タレ	人参	50g
	小松菜	80g
	長ねぎ	15g
	白いりごま	小1
	砂糖	大2弱
	酢	小1
	醤油	大2
	ごま油	小1
	塩	少々



〈作り方〉

- ①フライパンに油を熱し、にんにく、生姜を炒めて香りが出てきたら豚肉を炒め、酒をふる。豚肉に火が通ったら火を止める。
- ②にんじんは千切り、小松菜は2~3cm長さに切り、野菜をそれぞれ茹でる。
- ③長ねぎをみじん切りし、タレの材料を合わせて小鍋で煮る。
- ④①・②・③をご飯と混ぜ合わせる。

給食ではご飯にすべて混ぜ合わせていますが、ご家庭ではご飯の上に豚肉・野菜を彩りよく盛付け、最後にねぎダレをまわしかけてもOKです。

