

ボリュームup!

# チャプチェ



材料: 凜のタレの味付け肉	約300g
(牛バラ切り落とし、牛こま)	
人参	1本
椎茸	2個
新玉葱	1個
ニラ	1/2束
春雨	40g~50g
ごま油	小さじ1



- ①春雨は3~4分茹でる。(緑豆より普通の春雨の方がもちもちしてよく合います)
- ②野菜を切る。
- ③フライパンに油をひき人参と砂糖、塩をひとつまみ入れ軽く炒め、味付け肉を入れ火が通ったら春雨を入れる。
- ④春雨がなじんだら椎茸、新玉葱、ニラの順に入れ軽く炒め最後にごま油を回しかけて出来上がり!

