

# 生姜かおる肉じゃが



材料: 生姜焼の味付け肉 (豚バラ肉)	約300g
じゃがいも	3~4個
人参	1/2本
玉ねぎ	1個
めんつゆ(2倍濃縮)	50cc
水	300cc
砂糖	大さじ2

期間: 10月1日~10月14日

- ① じゃがいも・人参は、角切りにする。  
玉ねぎは、少し厚めにスライスする。
- ② 温めた鍋に、油を入れずに、味付け肉  
を軽く炒め、野菜を全部入れる。
- ③ ②に水・めんつゆ・砂糖を入れて  
蓋をし、中火で煮る。
- ④ 野菜に火が通ったら、落とし蓋をとって、  
強火で煮詰める。
- ⑤ 器に盛って、できあがり。

