【保育園】豚肉の台湾風

材料(大人２人、こども1人分)

豚肩ロース	250g
片栗粉	適量
※肉の下味	
酒	30g（大さじ2）
塩・こしょう	少々
○香味タレ	
長ねぎ	50g(1/3本)
生姜	3g（約1片）
しょうゆ	35g（大さじ2弱）
酢	30g（大さじ2）
砂糖	15g（大さじ1）
ごま油	12g（大さじ1）
○添え　ミニトマト	5こ

つくり方

① 豚肉に下味をつけて10～15分置く。

② 長ねぎ、生姜をみじん切りにする。

③ ボールに②と調味料を入れ混ぜ合わせておく。

④ 豚肉に片栗粉をまぶし、180℃の油でキツネ色になるまでカラッと揚げる。

⑤ 揚げた豚肉に香味タレをかける。添えのミニトマトは、小さく切り、盛り付ける。

☆食材のワンポイント☆
鶏肉や白身魚を使用しても美味しく頂けます

八王子市立長房西保育園