



炒めてポン♪♪

☆れんこんのポン酢あえ



【材料】大人2人分、子ども1人分 【作り方】

・れんこん	中1個(約200g)
・玉葱	小1個(約150g)
・豚挽肉	80g
・油	大さじ1
・ポン酢	大さじ1と1/3
・万能葱	適量

- ①れんこんを薄めのいちよう切りにする。
玉葱も薄くスライスする。
- ②フライパンに油を熱し、れんこんを入れ、
すき通るまで炒め、豚挽肉を加えて炒める。
- ③玉葱を加え、さらに炒める。



☆初めによく炒めておくことがポイントです！

☆れんこんを薄く切ると短時間で仕上がり、厚く切ると
歯ごたえが良くなります。

☆ピザ用チーズをかけてレンジで加熱すると、別の味に！