



<材料> 子ども4人分

豚肉（こま切れ） 160g

油 適量

板こんにゃく 1/4枚

玉ねぎ 1/4個

みそ 大さじ1/2

みりん 小さじ1

砂糖 小さじ1

酒 小さじ1/2

水 小さじ1/2

青ねぎ 少々

（作り方）

- ① こんにゃくは細切りにする。
（きんぴら用こんにゃくを使われてもいいです。）
- ② 玉ねぎはスライスにし、青ねぎは小口切りにする。
- ③ 熱したフライパンに油を入れ、豚肉を炒め、火が通ったら玉ねぎとこんにゃくを入れて炒める。
- ④ Aを合わせ、③に入れて味付けをする。
- ⑤ 青ねぎを入れ、さっと混ぜ合わせる。

A