

レタスチャーハン



<材料> 子ども4人分

ご飯	茶わん2杯分
豚ひき肉	30g
玉ねぎ	1/4個
にんじん	1/4本
レタス	2枚
油	小さじ1
A [塩	ひとつまみ
	しょうゆ

(作り方)

- ① 玉ねぎ、にんじんはみじん切り、レタスはざく切りにする。
- ② フライパンに油をひき、豚ひき肉・玉ねぎ・にんじんを炒める。
- ③ ②に火が通ったら、ご飯を入れて炒める。
- ④ ③にレタスとAを入れ、さっと炒める。