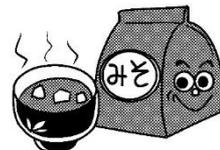




# 岡谷味噌シシピ

岡谷味噌  
OKAYA HISO

～毎月30日は 岡谷味噌のヒ～



## 豚肉のみそ生姜焼き

《材料 4人分》

豚もも（こま切れ）…240g  
生姜汁……………小さじ1  
しょうゆ……………小さじ1弱（5g）  
みりん……………小さじ1弱（10g）  
酒……………小さじ2（10g）  
味噌……………小さじ1と1/2（9g）  
玉ねぎ……………120g  
炒め油……………小さじ1（4g）

☆保育園では、子どもたちが食べやすいように、こま切れ肉を使っています。

### ① 材料を切る

玉ねぎをスライスする。  
生姜をすりおろし、生姜汁を作っておく。

### ② 下味をつける

A の調味料を合わせ、豚肉に下味をつける。（20分程度）

### ③ 炒める

フライパンを熱し油を入れ、玉ねぎを炒め、火が通ったところで、豚肉を加えさらに炒め、できあがり。