

れんこんとピーマンの青椒肉絲



材 料 (分量2~3人分)

ピーマン…4~5個(約150g)
れんこん…100~150g
薄切り肉(牛肉または豚肉)…150g
青椒肉絲のたれ…1袋

作 り 方

1. ピーマンは種を取り除き、縦に細切りにします。れんこんもピーマンと同じ長さに縦に細切りにします。肉は1cmの細切りにします。
2. フライパンに油を熱し、中火で肉とれんこんを炒めます。
3. 肉に火が通り、れんこんが透き通るくらい炒めたら1度火を止め、たれを加え、全体を大きく混ぜ合わせます。
※たれを加える際に、はねる場合があるのでご注意ください。
4. 再び火にかけ、③にピーマンを加えさらに炒めできあがりです。