



ごぼうのまぜごはん

材料（4人分）

ごぼう	1/4本
にんじん	1/2本
鶏コマ肉	50g
ごま油	大さじ 1
◆砂糖	小さじ 1
◆しょうゆ	大さじ 1/2
◆みりん	大さじ 1/2
◆酒	大さじ 2
米	2 合



作り方

- ① ごぼうはさがきにして水にさらす。
にんじんは皮をむき細切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、①と鶏肉を炒める。
- ③ 火が通ったら、◆を入れて水気がなくなるまで炒める。
- ④ 炊きあがったご飯に混ぜ、味をなじませる。



+

調理時間 /
5
min