

長ネギと豚こまの鍋てり

★材料★(2人分)

豚小間切れ肉	・ ・ ・ ・ ・	150g
長ネギ	・ ・ ・ ・ ・	2本
砂糖	・ ・ ・ ・ ・	小さじ2
酒	・ ・ ・ ・ ・	大さじ2
醤油	・ ・ ・ ・ ・	大さじ2

《作り方》

- ①長ネギは洗って3cmのぶつ切りにし、白い部分、緑の部分に分ける。
- ②鉄鍋に豚小間肉を並べ点火し、中火で加熱する。
- ③豚肉から脂が出てきたら、焼きむらのないようひっくり返し、長ネギの白い部分を入れる。
- ④長ネギがしんなりしたら砂糖・酒・醤油を加え、蓋をして1分ほど蒸らす。
- ⑤ふたを取り、タレを全体にからめ、長ネギの緑の部分を加えて全体を混ぜて出来上がり。