

## 初夏の彩りキヌサヤ炒め



### 材料（2～3人分）

キヌサヤエンドウ	80g くらい	
ミニトマト	6～8個	
豚薄切り肉	150g	
タマネギ	1/4個	
ニンニク	1かけ	
酒	小さじ1	
片栗粉	大さじ1	
オリーブ油	大さじ1	
A {	水	1/4カップ
	ブイヨン	1個(4g)
	酒	大さじ1
	塩	小さじ1/4

### 作り方

- 1) キヌサヤエンドウはヘタと筋を取り、ミニトマトもヘタを取って半分に切っておく。  
豚肉は一口大に切り、酒、片栗粉を薄くまぶす。  
ニンニクとタマネギは、薄切りにする。
- 2) フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて弱火にかけ、香りがしてきたら、豚肉を炒める。火が通ったらタマネギ、キヌサヤエンドウの順に加えて更に炒める。
- 4) 最後にミニトマトと、合わせ調味料Aを加えて、軽く炒め合わせる。

※キヌサヤエンドウを、いんげんやアスパラガスにしてみるのもおすすめです！