



ジャージャーメン(4人分)

材料	量	
中華めん	人数分	
豚ひき肉	200g	
にんにく	1かけ	みじん切りにする
しょうが	大さじ1	みじん切りにする
にんじん	40~50g	みじん切りにする
たけのこ	80~100g	みじん切りにする。
ねぎ	40~50g	みじん切りにする
干しシイタケ	4個	戻してみじん切りにする
砂糖	大さじ1	
しょうゆ	大さじ1	
白みそ	60g~80g	
水	適量	
油	適量	
片栗粉	適量	水で溶いておく。
きゅうり	1本	千切りにしておく。

《作り方》

- 1、鍋に油とにんにく、しょうがを入れて火をつける。香りが出てきたら豚ひき肉を入れて炒めバラバラにほぐれたら、にんじん・たけのこ・ねぎ・しいたけを入れて軽く炒め、材料が浸るくらいの水を入れて煮る。
- 2、1の野菜が煮えたら、砂糖・しょうゆ・白みそで味付けをして片栗粉でとろみをつける。
- 3、中華めんの上に2をかけて、きゅうりを載せたら出来上がり。

*水の量は好みで調節してください。たっぷりかけたい場合は多目に入れて味付けもそれに合わせて調節してください。

*宗教用は、シーチキンと大豆ミートで作っています。

