

ビビンバ



<材料(4人分)>

合びき肉	120g	トウバンジャン	少々
にんにく	少々	塩	少々
しょうが	少々	砂糖	小さじ2
にんじん	70g	濃口しょうゆ	大さじ1
ぜんまい(水煮)	25g	みりん	小さじ1
もやし	100g	ごま油	少々
にら	12g	白いりごま	小さじ1
油	少々	すりごま	小さじ1
酒	小さじ1/2		

<作り方>

- ① にんにく、しょうがはみじん切り、にんじんは千切り、にらは2cmのざく切りにする。
- ② フライパンに油、にんにく、しょうがを入れて弱火で熱し、香りが出たら、合びき肉、酒、トウバンジャン、塩、砂糖を入れて炒める。
- ③ にんじん、ぜんまいを加えて炒め、みりん、濃口しょうゆで味付けする。
- ④ もやし、にらを加えてさっと炒め、ごま油、白いりごま、すりごまを加えて仕上げる。