

キムタクご飯の具



Point

たくあんで甘味が加え、キムチが苦手な子も食べられるように配慮しています！

材 料 (2人分)

キャノーラ油	小さじ1/2
豚肉(もも小間切れ)	30g
千切りたくあん	40g
白菜キムチ	40g
長ねぎ	34g
こまいり	小さじ1/2

副菜

主菜

主食

 汁物・スー
プ

 デザ
ート

- ① 長ねぎは5mm幅に切る。
- ② フライパンに油をひいて、豚肉を炒める。
- ③ 豚肉に火が通ったら、千切りたくあん・白菜キムチ・長ねぎを加え、軽く炒める。
- ④ こまいりを加え、混ぜ合わせたら完成。