

大根ステーキ 肉味噌かけ



材 料 2人分

大根（2センチ輪切り）……………	4個	豚ひき肉……………	100g
だし汁……………	適量	豆板醤……………	小さじ 1/2
塩・こしょう……………	少々	テンメンジャン……………	小さじ 1/2
オリーブオイル……………	小さじ 1	しょう油……………	（お好みで）
		油……………	小さじ 1/2
かいわれ大根……………	少々	水溶き片栗粉……………	大さじ 1

作り方

- ① 大根は、皮をむき2cmほどの輪切りにし面取りをしておく。
- ② 鍋にだし汁を温め、大根が柔らかくなるまで炊く。
- ③ 熱したフライパンに油をひき、豚挽き肉をほぐしながら炒める。肉がパラパラになってきたら豆板醤、テンメンジャンを入れて味を調える。さらに炒めながら味を馴染ませて水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。（お好みでしょう油を加える）
- ④ ②の大根が炊けたら、水気をとり、オリーブオイルをひいたフライパンで両面に焼き色がつくまで焼く。塩こしょうで味を調える。
- ⑤ お皿に大根を盛り付け、ひき肉、かいわれ大根を添える。