

牛肉となすの塩麴炒め



材 料 2人分

牛肉薄切り	100 g	細葱	適量
なすび	大1本（中は2本）	ごま油	大さじ1
ミニトマト	5個	塩麴液	大さじ1 1/2

作り方

- ① なすびは、乱切りにして水にさらしておく。ミニトマトは、1/4に切っておく。
- ② 熱したフライパンにごま油をひき、牛肉を炒める。
- ③ ②になすび、塩麴液を加えてしんなりするまで炒め、最後にミニトマトを加えて炒めて器に盛り付ける。2～3cmの長さに切った葱を添える。