

## 豚肉の柳川もどき

### 【 材 料 】

(1人分)

|         |     |     |
|---------|-----|-----|
| 豚肩肉     | ... | 20g |
| ごぼう     | ... | 15g |
| 玉ねぎ     | ... | 30g |
| 人参      | ... | 10g |
| 白滝      | ... | 10g |
| グリーンピース | ... | 5g  |
| 砂糖      | ... | 3g  |
| 醤油      | ... | 5g  |
| 卵       | ... | 20g |

### 【 作り方 】

- ① 白滝は茹でて脱水処理しておく
- ② ごぼう・人参はさがきにする
- ③ 玉ねぎはスライスに切る
- ④ ②+③を煮る
- ⑤ ④が柔らかくなったら、肉+調味料+①を加える
- ⑥ 水分がなくなってきたら卵でとじ、仕上げにグリーンピースを加えたら出来上がり！

