



みんなの大好きメニュー！

ポークビーンズ

作 り 方

- 1 にんじん、たまねぎ、じゃがいもは1～1.5cm角に切る。じゃがいもは水にさらして水気を切っておく。
- 2 鍋にサラダ油を熱し、豚肉を炒める。肉の色が変わったら、1を加えて炒める。
- 3 2に大豆水煮、調味料、水100ccを入れ火にかける。
- 4 煮立ったら蓋をして10～15分ほど煮る。

※野菜が柔らかくなったら味を調えて仕上げる。
水分量、調味料はお好みで加減してください。

材 料 (3～4人分)

豚肉 (細かく切る) 80g
大豆水煮 1袋 (約150g)
にんじん 中1/3本
たまねぎ 小1個
じゃがいも 大1個
サラダ油 適量
砂糖 小さじ1/2
ケチャップ 大さじ4
ウスターソース 大さじ1
洋風スープの素 小さじ1