

# ぼろぼろじゅーしー



## 材料名（4人分）g

- |          |        |
|----------|--------|
| ・ 精白米    | 大さじ5   |
| ・ 豚肉     | 50g    |
| ・ よもぎ    | 10g    |
| ・ にんじん   | 30g    |
| ・ 乾燥しいたけ | 2枚     |
| ・ ゆで大豆   | 20g    |
| ・ 白みそ    | 小さじ1強  |
| ・ 塩      | 小さじ1/5 |
| ・ かつお節   | 8g     |
| ・ 油      | 小さじ1   |

## 作り方

下ごしらえ

- ・ 米を洗って水気をきる。
- ・ しいたけをぬるま湯で戻し、みじん切りにする。
- ・ にんじんはあらいみじん切りにする。
- ・ よもぎは1cm幅できざむ。
- ・ 豚肉は5mm角に切る。
- ・ かつお節でだしをとる。

鍋に油を熱し、豚肉、にんじん、しいたけを炒める。

にだし汁、大豆、塩を入れ、沸騰したら米を入れて炊く。

仕上げによもぎを入れる。

