

# クーブイリチー



## 材料名 ( 4 人分 ) g

- ・ 豚もも肉 40 g
- ・ チキアギ 20 g
- ・ 細切昆布 20 g
- ・ 人参 1/4本
- ・ 大根 18 g
- ・ 干しいたけ 3 g
- ・ しょうゆ 小さじ1
- ・ 三温糖 小さじ1
- ・ 酒 小さじ1/2
- ・ みりん 小さじ1
- ・ かつおだし汁 1カップ

## 作り方

豚肉は千切り、人参、大根もそれぞれ千切りにする。  
しいたけ、昆布は水に戻しておく。  
チキアギは短冊にする。

かつおだしは最初でとっておく。  
しょうゆ、三温糖、酒、みりんは混ぜ合わせておく。  
鍋に油を熱し豚肉、人参、大根を炒める。  
そのあとチキアギ、しいたけ、昆布も加えて炒める。

で炒めた具材の中に調味料を入れて、そのあとだし汁も加えて、蓋をし昆布がやわらかくなるまで弱火で煮込む。

汁気がなくなるまで、時々かき混ぜながらしっかり煮込む。

細切昆布がなければ、板昆布を水に戻して千切りにして使用してもよい。  
昆布によって戻す時間、煮る時間、だしの量を加減する。

炒め物

