

# 醤油こうじで作る チンジャオロース



## [作り方]

### ① チンジャオロースの下ごしらえをする

- ・小鉢に醤油こうじと●を混ぜ合わせる。

### ② チンジャオロースを仕上げる

- ・フライパンにごま油を熱し、凍ったままの豚肉を入れ中火で 1 分程度炒める。汁気をキッチンペーパーなどで拭き取る。
- ・○を加えて中火で軽く炒め合わせたら、竹の子とパプリカを加え、さらに強火で 1 分程度炒める。
- ・豚肉に火が通ったら水を入れ、中火で 2 分程度加熱する。
- ・①の小鉢の中身を加え中火で手早く炒め、全体に絡んだら完成。

## [お届けする食材]

- ・豚肩細切り(冷凍)  
1 パック(約 200g)
- ・竹の子細切り  
1 パック(約 80g)
- ・醤油こうじ  
1 パック(約 20g)
- ・赤パプリカ  
1 袋(約 150g)

## [材料] 2 人分

- 醤油こうじ.....1 パック
- 豚肩細切り.....1 パック
- 竹の子細切り.....1 パック
- \*水気を切る**
- 赤パプリカ ...2/3 袋(約 100g)
- \*細切りにする**

- 砂糖.....小さじ 1
- 片栗粉.....小さじ 1
- 中華だし.....大さじ 1/2
- 酒.....大さじ 1
- ごま油.....小さじ 1
- 塩.....ひとつまみ
- こしょう.....適量
- おろしにんにく.....チューブ約 4 cm
- おろし生姜.....チューブ約 4 cm
- 水..... 100ml

お届け食材でもう1品

## レタスとパプリカの ごま酢和え



### [材料] 2人分

レタス.....1/4コ(約75g)

\*千切りにする

赤パプリカ.....1/4袋(約40g)

\*半分の長さに切り、細切りにする

★白煎りごま.....小さじ1

★酢.....小さじ1

★醤油.....大さじ1/2

### [作り方]

- ①ボウルにレタスとパプリカ、★を入れ混ぜ合わせる。食べる直前まで味をなじませ完成。

注意

●電子レンジ使用時の表記は600W、トースター使用時の表記は1000Wまたは200°Cを基準にしています。(お持ちの家電に合わせて、時間を調整ください)

●加工食品の賞味期限をご確認の上、順にお作りください。●天候などやむを得ない理由により、食材を一部変更してお届けする場合がございます。●野菜は洗ってからお使いください。特に皮付きのままご使用いただく場合は、しっかり洗ってからご使用ください。カットした野菜を冷蔵庫保管後に再度使用する際には、断面を洗ってからご使用ください。皮をむく工程が書いていない場合は、皮付きでご使用ください。●商品の痛みやお届け時のトラブルは、下記サポートセンターまでご連絡ください。お買い物サイトからもお問合せいただけます。

サポートセンター 【電話】0120-158-183

【受付時間】月～金(祝日含む)／午前9:00～午後5:00 土／午前9:00～午後1:00

大地を守る会  
DAICHI WO MAMORU KAI

