

簡単 白菜たっぷり回鍋肉



[作り方]

① 野菜の下ごしらえをする

- ・白菜はざく切り、赤パプリカは乱切りにする。

② 回鍋肉を作る

- ・フライパンになたね油を熱し、白菜の芯の部分とパプリカを入れ、中火で1分程度炒める。残りの白菜と回鍋肉の素を加え、肉を広げながら中火で3分程度炒め合わせ、肉に火が通ったら完成。

【お届けする食材】

- ・回鍋肉の素(冷蔵)
1パック(約220g)
- ※前日解凍がおすすめです
- ・白菜1袋(約1/4コ)
- ・赤パプリカ1袋(約150g)

[材料] 2人分

- 回鍋肉の素 1パック
- 白菜 1/2袋(約200g)
- *5cm角のざく切りにする
- 赤パプリカ 1/2袋(約75g)
- *ひと口大の乱切りにする

なたね油(サラダ油)

..... 大さじ1/2

お届け食材でもう1品

白菜とパプリカの 海苔サラダ



【材料】2人分

白菜.....1/4袋(約100g)

*千切りにする

赤パプリカ.....1/2袋(約75g)

*半分の長さに切り、細切りにする

塩.....少々

★塩.....ひとつまみ

★めんつゆ(3倍濃縮).....小さじ1

★ごま油.....小さじ1

海苔.....全形1/2枚

【作り方】

①白菜は千切りにする。

②ボウルに水気を絞った白菜、パプリカ、★、食べやすい大きさに切った海苔を入れ、混ぜ合わせたら完成。

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℃を基準にしています。(お持ちの家電に合わせて、時間をご調整ください)

●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

