

里いもときのこのごま味噌炒め

秋を感じさせるこっくりとした煮物です。
ニンニクのきいたごま味噌ダレのおかげでご飯が進む一品です。



できあがり 2人分

材料

里いも	5~6個 (350g) (正味200g ほど)
しめじ	1/2株 (50g)
エリンギ	2本 65g
豚切り落とし肉	100g
ごま油	大さじ1

<A>

すりごま白	大さじ1
味噌	大さじ2
水	大さじ2
めんつゆ	大さじ1
にんにく (すりおろし)	ひとかけ分

作り方

- 1 里いもは皮をむいて1cm幅の輪切りにする。竹串がすっと入るくらいまで茹でてからざるにあけ、流水で洗いぬめりをとる。しめじは小房にほぐし、エリンギは大きければ長さを半分にしてから食べやすい大きさに切る。Aを合わせておく。
- 2 フライパンにごま油を熱し、豚肉を炒める。肉の色が変わったら里いも、きのこ類を加えて炒め合わせる。
- 3 Aを入れて混ぜ合わせ、全体に絡める。