青椒肉絲（チンジャオロース）

«材料» 3~4 人分

・豚ロース肉（細切り）		250 g
・ピーマン（細切り）		4 個
・たけのこ水煮（細切り）		130 g
A	・オイスターソース	大さじ 1
	・砂糖	小さじ ½
	・鶏ガラスープの素	小さじ 1
	・片栗粉	大さじ 1
B	・砂糖	大さじ 1
	・しょうゆ	大さじ 1
	・酒	小さじ 2
・ごま油		大さじ 2

調理時間 10 分

かき混ぜウイング

1 STEP

1. 細切りにした豚肉に A の調味料をもみ込む 、 B の調味料は合わせておく
2. 鍋に油をひき、 1. と全ての材料・B の合わせ調味料を入れる
3. かき混ぜウイングを取り付け、「炒めモード」10 分でスタート

AINX