

# 常盤牛蒡と あきの の どん 秋野井

## 材料 [4人分]

常盤牛蒡……………適量	豚肉(薄切り)……50g	サラダ油……大さじ1
にんじん……………20g	だし汁……………150cc	片栗粉……大さじ1/2
ピーマン……………1個	酒……………大さじ1	揚げ油……………適量
えのき……………100g	砂糖……………小さじ2	ご飯
生しいたけ……………1枚	しょうゆ……大さじ2	
しめじ……………100g		

## つくり方

- ①常盤牛蒡は長さ5cmに切り、太めの千切りにしてサツと水にさらし、水気を切っておく。
- ②生しいたけは薄切りにし、にんじん、ピーマンは細く切り、豚肉は食べやすい大きさに切る。えのきは半分の長さに切り、しめじは1本ずつにばらす。
- ③①の常盤牛蒡を低温150～160℃の油でカリッとするまで揚げる。
- ④②の具材を油で炒め、だし汁と調味料を入れる。片栗粉を大さじ1の水で溶いたものを回しかけて、とろみをつける。
- ⑤④をご飯の上にかけて、最後に③をトッピングする。

