



ちりめんそばろ



材料（4人分）

—食材—	—分量—
とりひき肉	200g
ちりめん	40g
油	適量
砂糖	小さじ2
みそ	小さじ2
こいくちしょうゆ	小さじ2
みりん	小さじ2
酒	小さじ4
ごま油	少々
いりごま	少々

作り方

- ①フライパンに油をひき、とりひき肉と酒を入れて、ほぐしながら炒める。
- ②ちりめんも入れて炒める。
- ③砂糖と、みそ、こいくちしょうゆ、みりんも入れて味をつける。
- ④ごま油、いりごまを入れて軽く炒める。

コメント



大分県の特産品で、カルシウムたっぷりのちりめんを使ったレシピです♪多めに作って作り置きしておくと、朝ごはんの一品に便利です。おにぎりの具材にもできます。ぜひ作ってみてください！

