

蓮根のオイスターソース炒め



▼材料（2人分）

- 蓮根 …1 節
- 豚ロース肉 …200g
- 細葱 …3 本
- にんにく …1 片
- A：
 - ・濃口醤油、酒、オイスターソース…各大 2
 - ・砂糖 …大 1
- サラダ油 …大 1

▼作り方

- ① 蓮根は 5mm 厚さの半月切りにし、酢水につける。
- ② 豚ロース肉は棒切りにし、細葱は小口切り、にんにくはみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を入れにんにくを炒め、①を加える。
- ④ 豚ロース肉を加えて色が変わったら、Aを加え、仕上げに細葱を散らす。