

■新玉ねぎのそぼろ煮



【材料・4人分】

・新玉ねぎ	400g
・さやいんげん	4本
・鶏ミンチ	60g
・だし汁	1カップ

〔調味料〕

・さとう	大さじ1
・しょうゆ	大さじ2
・みりん	大さじ1
・水溶き片栗粉	適量

【作り方】

1. 新玉ねぎはくし型に切る。さやいんげんは斜め薄切りにする。
2. 鍋に鶏ミンチと調味料を入れて火にかけ、混ぜながらポロポロになるまで炒りつける。だし汁、玉ねぎを入れて煮る。
3. 軟らかくなったらさやいんげんを入れ、最後に水溶き片栗粉でとろみをつける。