

作品名 小松菜とこんにゃくのきんぴら風

使った大津産・地場産の食材・食品 小松菜、こんにゃく



作り方（2人前の分量）

	材料名	分量	備考	工程	順番	作り方
1	こんにゃく	130g		下ごしらえ	1	軽く塩をふり、よくもんで水洗い、細いたんざく切り
2	小松菜	1/2束			2	洗い、食べやすい大きさに切る
3	ミンチ肉	50g		調理	1	ごま油でミンチ→こんにゃく→小松菜炒める
4	ごま油	大1くらい			2	それぞれを混ぜていく。味がしみこんだら
5	粉末だしの素	適量			3	
6	砂糖	大1 1/2			4	
7	酒	大1			5	
8	しょうゆ	大1		仕上げ	1	あえる（全体的に）
9	すりごま	大1				