

# 回鍋肉(ホイコーロー)



## 材料 4人分

材料名	使用量	材料名	使用量
豚バラ肉(焼肉用)	150g	<調味液>	(%)
キャベツ	100g	煮切りかえしK	30
ピーマン	50g	濃口醤油	16
調味液	40g	甜麵醬	10
サラダ油	10g	豆板醬	6
		濃縮ガラスープ	6
		上白糖	3
		清酒	12
		胡麻油	17
		(合計)	100

## 料理特徴

回鍋肉の味付けに煮切りかえしKを加えることで、味に厚みが付与され調理感のある味に仕上がります。

## 作り方

- ①キャベツ・ピーマンは乱切りにする。
- ②<調味液>を合わせておく。
- ③鍋にサラダ油を熱し、豚バラ肉を炒め、色が変わったら①を加える。
- ④野菜がしんなりとした②の<調味液>を加え全体を混ぜ合わせる。