

バラエティ豊か!



おうちで

国産もつ・ ホルモン料理に チャレンジ!

中華風を楽しむ!
豚レバーのオイスターソース炒め



材料(4人分)

豚レバー	200g
人参	1/2本
ピーマン	2個
玉ねぎ	1個
たけのこ(水煮)	50g
オイスターソース	大さじ3
酒	大さじ2
A 砂糖	大さじ1
おろし生姜	大さじ1
醤油	小さじ1
片栗粉	適宜
揚げ油	適宜

作り方

- 1 レバーは半分に切って、水分を拭き取り、片栗粉をまぶしておく。(写真1)
- 2 揚げ油を熱し、1を揚げる。(写真2)
- 3 野菜はそれぞれひと口大に切る。
- 4 人参、玉ねぎ、たけのこ、ピーマンの順で野菜を炒め、揚げたレバーを加え、混ぜ合わせたAをからめて炒める。(写真3)



写真1



写真2



写真3