



白菊保育園よしの杜

ペッパーランチ丼



Pepper
Lunch

【材料 子ども1人分】

牛小間	40g		
玉葱	10g		
にんにく	0.3g		
人参	5g		
パプリカ	3g	コーン	10g
濃口	3g	バター	4g
オイスターソース	1g	小葱	適量
酒	1g	ご飯	100g
味醂	0.8g		
鶏ガラの素	0.5g		
砂糖	1g		

【作り方】

- ① スライスした玉葱とすりおろしたにんにくを分量外の油で火が通るまで炒める。
- ② 千切りにした人参、牛小間を①に加え炒め、全体的に火が通ったら調味料で味をつける。
- ③ パプリカは千切りにし、下茹でして加える。
- ④ 最後にバターを加える。
- ⑤ 左の写真のように盛り付けたら出来上がり☆

