

春巻き

【 材 料 】

	(1人分)
春巻きの皮 ……	20g
豚肉 ……	15g
春雨 ……	3g
きくらげ ……	1g
人参 ……	10g
葱 ……	10g
筍 ……	10g
油 ……	1g
砂糖 ……	2g
醤油 ……	2g
みりん ……	2g
片栗粉 ……	適量
油 ……	適量



【 作り方 】

- ① 肉は細切り、人参、筍は千切りにする
- ② 葱は小口切り、きくらげはみじん切にする
- ③ 春雨は軟らかく茹で切る
- ④ 油を敷いた鍋に豚肉を炒め、人参、筍、きくらげを加え、炒める
- ⑤ 人参等が軟らかくなったら、春雨、葱を加え炒める
- ⑥ ⑤に砂糖、醤油、みりんを加え調味し片栗粉でとろみをつける
- ⑦ 春巻きの皮に⑥をのせて巻き、油で揚げる