

# 大根と豚肉のうま煮（小学生4人分）

---

## 【材 料】

豚バラブロック	180g
*日本酒	大さじ1
*しょうゆ	小さじ1
油	適量
大根	10cm(400g)
長ねぎ	1/2本
ゆでたまご	4個
しょうが	1かけ
出し汁	150ml
しょうゆ	大さじ2と1/2
砂糖	小さじ2
日本酒	小さじ1

- <準> ・出し汁をとっておく。  
・ゆでたまごを作っておく。

- ① 材料を切る。  
豚肉(2.5cm角) 長ねぎ(3cmぶつ切り)  
大根(2.5cmいちょう切り) しょうが(スライス)
  - ② 分量外の米のとぎ汁(または米を入れた水)で、大根をやわらかくなるまで煮る(20分程度)
  - ③ 豚肉は\*に10分程漬けこんでおく。
  - ④ 油を熱した鍋に豚肉を入れ、炒める。  
出し汁、調味料、長ねぎ、②の大根、しょうがを入れて、煮立たせ、落とし蓋をして弱火でコトコト煮込む。(20分程)
  - ⑤ 一度火を止め、ゆでたまごを入れてから冷ます。  
食べる前にもう一度に立たせて完成！
- ※ 一晩おいておくとさらにおいしくなります！

