

# じゃがいものそぼろ煮



## 材料(4人分)

・豚ひき肉	60g
・じゃがいも	360g
・玉葱	120g
・にんじん	60g
・むき枝豆	20g
・砂糖	大さじ1/2
・しょうゆ	大さじ1/2
・みりん	小さじ1/2
・酒	小さじ1
・サラダ油	小さじ1

水分が多い場合には、  
水溶き片栗粉でとろみ  
をつけると、ひき肉が  
じゃがいもにからんで  
食べやすくなります！

## 作り方

- 1 にんじんは千切り、玉葱は薄切り、じゃがいもは一口大の大きさに切ります。
- 2 鍋にサラダ油を入れて、豚ひき肉を炒めます。
- 3 肉の色が変わったら、玉葱、にんじん、じゃがいもを入れて炒めます。
- 4 全体に油がまわったら、150~200mlの水を入れて煮ます。
- 5 じゃがいもに火が通ったら、酒、砂糖、みりん、しょうゆで味付けをして、味が馴染むまで煮ます。
- 6 最後に枝豆を加えます。