



五目炒飯

《材料》 大人2人分と子ども2人分

米	2合
ごま油	小さじ1
長ねぎ	60g
にんじん	30g
しめじ	30g
豚ひき肉	100g
しょうゆ	小さじ2
塩	少々



《作り方》

1. ご飯を普通通りに炊く。
2. にんじん、しめじをみじん切り、ねぎを小口切りにする。
3. フライパンにごま油を熱し、ひき肉、ねぎ、にんじん、しめじの順に炒める。
4. 3にご飯を加えてさらに炒めて、しょうゆ、塩で味付けする。

