

シャキシャキ食感のパプリカは
見た目も味も相性バツグン

エンダイブと豚こま炒め

材料(2人分)

エンダイブ …………… 60g
パプリカ …………… 60g
豚こま切れ肉 ……100g
塩 …………… 少々
こしょう………… 少々
ごま油 …………… 適量

作り方

- ①エンダイブは5cm幅、パプリカは1cm幅に切る。
- ②フライパンにごま油をひき、豚のこま切れ肉を入れて炒める。
- ③(2)に火が通ったら(1)を入れて炒める。
- ④塩とこしょうで味をととのえる。

POINT

エンダイブとパプリカは火を軽く通すことでシャキシャキとした食感に。

