

庄原
支部

材 料

・合いびき肉	-----	100g		
A	┌	・みそ	-----	100g
		・砂糖	-----	50g
		・みりん	-----	大さじ1
・油	-----	少量		

作 り 方

- ① フライパンに少量の油をひいて合いびき肉を炒める。
- ② 肉に火が通りほぐれたら火を止め、器に取る。
- ③ ②のフライパンの余分な油をとって、あらかじめ混ぜておいたをAを熱する。
- ④ Aに火が通ったら②を入れて、焦がさないようによく混ぜる。

※Aのみそは種類により、塩分量が異なります。ご家庭で好みの味に仕上げてください。

か
ん
た
ん
肉
み
そ