

香り・味とも本格的 具材もヘルシー

## 春キャベツの麻婆春雨

春の食欲

撮影・料理スタイリング／knie ocean  
構成／nooki-onishi

### 【材料】4人分

春雨	100g
豚ひき肉	250g
春キャベツ	1/4個
長ねぎ(みじん切り)	1/2本
にんにく(みじん切り)	1かけ分
しょうが(みじん切り)	1かけ分
ごま油	大さじ2
キムチ漬の素	大さじ4
しょうゆ	大さじ3
砂糖	小さじ1

### 【作り方】

- ① 春雨は熱湯で2〜3分ほどゆで、ざるに上げておく。長ければ食べやすく切る。
- ② フライパンにごま油を熱し、にんにく、しょうがを入れて炒め、香りが出たら豚ひき肉を加えてさらに炒める。
- ③ 豚肉に火が通ったらキャベツを入れて全体に軽く火が通るまで炒める。全体に油がなじんだら、春雨、水200ml(分量外)、キムチ漬の素、しょうゆ、砂糖、を加え、よく混ぜながら炒める。
- ④ ③に長ねぎを加え、全体を軽く混ぜ炒めたら出来上がり。



キムチ漬の素 100g