

マカロニのコチュジャン炒め

材料	1人分(g)
牛肉	20
マカロニ	30
にんじん	10
たまねぎ	30
ピーマン	5
コチュジャン	4
濃口しょうゆ	4
さとう	3
酒	1
ごま油	0.2



作り方

- ①牛肉は小口切り、にんじん・ピーマンは千切り、たまねぎはくし切りにしておく。
- ②マカロニはゆでて、ザルにあげ水気を切る。
- ③牛肉をから炒りし、にんじん・たまねぎ・ピーマンの順に炒める。材料がやわらかくなったら、ゆでたマカロニ・コチュジャン・濃口しょうゆ・さとう・酒を加え軽く炒め、最後にごま油を加え仕上げる。