学校給食の人気メニューをつくってみよう！

ピリ辛豚しゃぶ

<材料>（4 人分）

・豚ももスライス肉（100g）
・もやし（1/2袋）
・白菜（3～4枚）
・酒（大さじ2）
★酢（大さじ3）、砂糖（大さじ2）、淡口しょうゆ（大さじ3）、ごま油（大さじ1）、豆板醤（少々・お好みの量）

<作り方>

① 白菜は千切りにし、もやしと一緒に５分程度茹でてざるにあげる。粗熱が取れたら軽くしぼり、水気を切っておく。
② フライパンに豚スライス肉と料理酒を入れ、蓋をし、肉に火が通るまで蒸し焼き（酒蒸し）にする。
③ 調味料（★）を一煮立ちさせる。
④ ①～③を混ぜ合わせる。