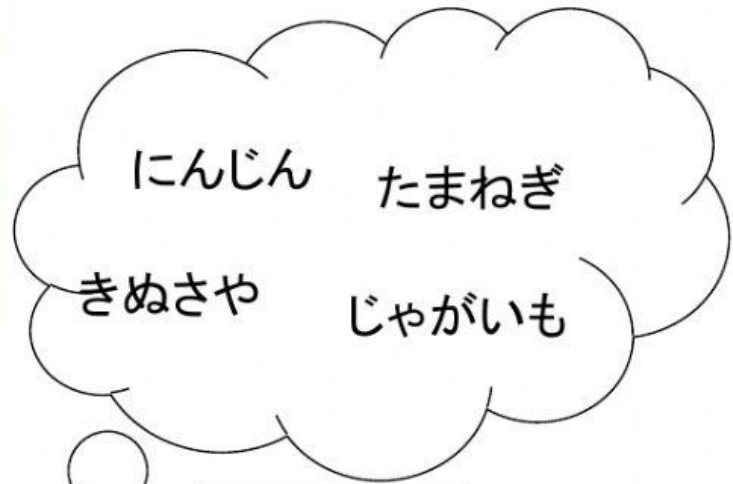




# 肉じゃが



## ざいりょう



ぶた肉 300 g



4



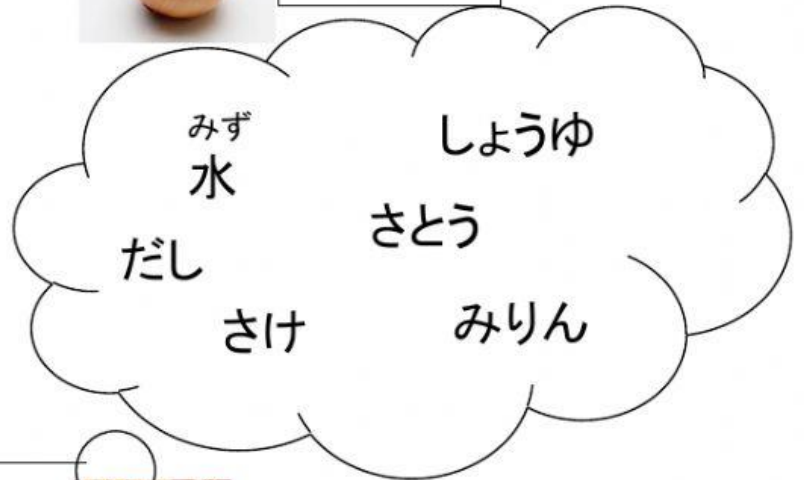
1



1



30g



## 肉じゃがスープ



400 g



しょうゆ 大さじ 4



大さじ 4



大さじ 4



大さじ 4



(5g)

# つくりかた

とります まぜます だします きります

いためます にます 中 弱 強

1. 水に、しょうゆ、さけ、みりん、さとうをいれて、\_\_\_\_\_。(to mix)

(to cut)

2. じゃがいも、にんじん、たまねぎを\_\_\_\_\_。

きぬさやのすじを\_\_\_\_\_。(to take out)



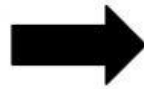
3. ぶた肉をきります。

(to stir fry)

フライパンにあぶらをいれて、ぶた肉を\_\_\_\_\_。

ちやいろになったら、フライパンから肉を\_\_\_\_\_。

(to take out)



4. たまねぎ、にんじん、じゃがいもをいためます。

( \_\_\_\_\_ 火 で 5分)

(medium heat)

ぶた肉をフライパンにいれます。



5. 肉じゃがスープをいれて、ふたをします。

( \_\_\_\_\_ 火 で 10-15分)

(low heat)

6. きぬさやをいれて、\_\_\_\_\_。

( 弱火 で 5分) (to cook over/ boil)

