

料理名		準備時間	調理時間	分量
おやどりの西京味噌漬け		1日	5分	2人分
	1	仕込み (前日)	西京味噌・料理酒・砂糖を混ぜ合わせて、漬け床を仕込む。	
	2		スライス肉と漬け床を一緒に袋に入れ、よく揉む。 袋に入れたまま、冷蔵庫で1日寝かせる。	
	3	調理 (当日)	キャベツを1口サイズにカットする。 小ネギを1cmサイズにカットする。	
	4		フライパンに油を敷き、漬け込んだ肉を炒める。 焦げやすいので、水を加える。	
	5		フライパンにキャベツを入れ、火が通るまで炒める。	
	6		肉とキャベツを器に盛り、小ネギとトマトを添えて完成。	
	7			
材料 モモ肉スライス… 200g キャベツ… 1/2個 プチトマト… 2個 小ネギ… 適量 水… 50ml 【漬け床】 西京味噌… 50g 料理酒… 50ml 砂糖… 20g				
調理のポイント 1)手順4. で肉を炒める時、焦がさないように注意する。				