

ざいりょう
【材料】(5) 人分

ぶんりょう
※分量もできるだけ、書いてください。

- にんじん...3本
- じゃがいも...3こ
- なす...1本
- たまねぎ...2玉
- カブ...1玉
- マッシュルーム...5つ
- ぶたにく...40g

トマトカン(400g)

こしょう...少し

つくかた
【作り方】

にんじんは、こまかく切りたまねぎ、カブ、なすも同様にこまかく切ります。
じゃがいも、マッシュルームは、ぶつ切りにしじゃがいもは水に入れる。

じゃがいも、マッシュルームはさきん、熱を加える。そこにたまねぎ、カブ、にんじんも入れる。
ぶたにくも入れる。

なべにいどうし水をおえるトマトカンを加え40分ほど煮、のこりの1分ほど、たきこ
けうと、ケチャップをいれて、にこんで完成!

できあしやしんえ
【出来上がり写真】(絵でもよい)



りょうり とくちょう くふう ところ
【料理の特徴や工夫した所】

にんじんをたべやすく切ったところ。

※ 考えるのは、一つの料理(例:白菜のごま和え等)で、一食分の献立(例:ごはん、牛乳、からあげ、白菜のごま和え、味噌汁等)ではありません。

ホームページ等の掲載について、希望されない場合はOを付けてください。(希望しません)