



# 3色そばろ



## 作り方

- ①卵を溶いておく。
- ②フライパンにサラダ油を入れ、卵を炒めてスクランブルエッグにし、皿にあげておく。
- ③フライパンにひき肉と調味料を入れ、そばろ状に炒める。
- ④肉に火が入ったら、スクランブルエッグ、枝豆を混ぜ合わせ、完成。

## 材料（4人分）

- |         |        |       |     |
|---------|--------|-------|-----|
| ・豚ひき肉   | 50g    | ・卵    | 2個  |
| ・鶏むねひき肉 | 80g    | ・むき枝豆 | 40g |
| ・しょうが   | 5g     | ・サラダ油 | 少々  |
| ・しょうゆ   | 大さじ1   |       |     |
| ・みりん    | 小さじ1   |       |     |
| ・酒      | 小さじ1   |       |     |
| ・砂糖     | 小さじ1.5 |       |     |

ごはんがすすむ、おすすめのおかずです。お弁当にもどうぞ！

