

切り干し大根のトマト煮 菊川中学校 1年 萬 菜結さんの作品

■材料（2人分）

| | | |
|----------|-----------|---------|
| 切り干し大根 | 20g | |
| トマト | 1/2 個 | |
| A { | にんじん | 1/2 本 |
| | なす | 1/2 本 |
| | たまねぎ | 小 1/2 個 |
| 豚ばら肉 | 100g | |
| トマト（水煮缶） | 1/2 缶 | |
| 水 | 50ml | |
| コンソメ | 少量 | |
| 粉チーズ | 少量 | |
| こねぎ | 少量 | |
| オリーブ油 | 大さじ1・小さじ1 | |
| 塩 | 少々 | |
| こしょう | 少々 | |

料理を作った感想

組み合わせが合うか不安
だったけどできて食べてみたら
おいしかったです。

一緒に食べた人の感想

もう少し濃い目の味付けにして
パスタに合わせてもいいね。

■作り方

- ① 切り干し大根は軽く洗い戻してよくしぼり食べやすい大きさに切る。
- ② トマトは湯むきし、ざく切り。
- ③ A を 1cm 角、豚ばら肉を 2cm 幅に切る。
- ④ 鍋にオリーブ油（小さじ1）を入れ豚ばら肉を炒め、塩、こしょうで下味をつけ、一旦鍋から取り出す。（キッチンペーパーで余分な肉の油をとる）
- ⑤ 鍋にオリーブ油（大さじ1）を入れ A を炒める。軽く火が通ってきたら切り干し大根を加え更に炒める。
- ⑥ ⑤に②とトマト水煮缶、水 50ml を加え煮詰める。
- ⑦ 煮立ってきたら④とコンソメを加え、塩、こしょうで味を調える。
- ⑧ 切り干し大根が好みのやわらかさになったら皿に盛り、粉チーズと小口切りにしたこねぎをかける。