



キッズビビンバ

大人2人分

材料

ご飯	お茶碗2杯分
合いびき肉	80g
しょうが	少々
にんにく	少々
もやし	1袋
にんじん	1/2本
ほうれん草	1/2本

A	しろごま	小さじ2
	しょうゆ	大さじ1
	砂糖	小さじ1
	ごま油	小さじ1/2

B	砂糖	小さじ1
	しょうゆ	小さじ1
	酒	少々

作り方

- ①白ごまは炒っておき、しょうが、にんにくはすりおろし、もやしは少し歯ごたえが残る程度に茹でる。
- ②ほうれん草は茹でた後に2cmの長さに切る。
- ③にんじんは千切りにし茹でる。
- ④もやし、にんじん、ほうれん草を1つのボールにまとめ、調味料Aを入れて味を調節する。
- ⑤しょうが、にんにくが香りがするまで炒め、合いびき肉を加え、お肉に火が通るまで炒める。
- ⑥「⑤」に調味料Bを入れ、味をつける。
- ⑦お茶碗にご飯をよそい、④と⑥を上に乗せたら出来上がり！