

フライパンでホルモン焼のたれ 「ホルモンの野菜炒め」レシピ



材 料		分量 (2 人前)
フライパンでホルモン焼のたれ		50.00 g
ホルモン(ミックス可)		200.00 g
もやし		50.00 g
キャベツ		100.00 g
にんじん(お好みで)		

手 順



写真の食材は2人前です。



ホルモンは炒める前に、たれ(約30g)でもみこんでおきます。



熱したフライパンにホルモンを入れ炒めます。



ホルモンを軽く炒めたら、キャベツ(、にんじん)を入れて炒め、最後にもやしを入れます。



具材に火が通りましたら、一旦火を止め、残りのたれを入れてからめ、もう一度中火で少し炒めて下さい。



完成です。

