

# 厚揚げと野菜のケチャップ炒め

## 《材料》 4人分

・豚バラ肉	200g
・玉ねぎ	1個
・しめじ	1パック
・にんじん	1/2本
・ピーマン	3個
・厚揚げ	2枚
・ケチャップ	大さじ5程度
・砂糖	大さじ1程度
・しょうゆ	大さじ1程度
・酢	大さじ1程度
・片栗粉	適量
・油	適量

## 《作り方》

- ①豚肉は一口大に切る
- ②玉ねぎは薄切り、にんじんは千切り、ピーマンは千切りにして長さを半分にし、厚揚げは縦3等分にして1cm幅に切る。しめじは石づきをとってほぐしておく
- ③フライパンに油をしいて熱し、豚肉を炒める。色が変わったら玉ねぎを入れる。しんなりしてきたら、にんじんとピーマンを入れる。柔らかくなったらしめじと厚揚げを入れ、さらに炒める
- ④調味料で味を整え、水溶き片栗粉でとろみをつけて完成！