

## きのこ汁

< 材料 > 4人分 【作り方】

豚こま肉	70g	① きのこ類は石づきを取って、小さく割く
えのき	20g	② 人参は薄くいちらうに切り、葱は小口
しめじ	30g	切りにする
まいたけ	50g	③ 鍋に油・豚こま肉を入れて炒める
人参	1/4 本	④ 火が通ったらだし汁を入れ、人参を
長ネギ	1/3 本	入れる
砂糖	小さじ 1	⑤ 人参が柔らかくなったら、きのこ類と
醤油	大さじ 2	葱を入れる
塩	少々	⑥ ひと煮立ちしたら、砂糖・醤油・塩を
油	適量	入れ味を整えて完成！
だし汁	適量	

## りんごの揚げパイ

< 材料 > 4人分 【作り方】

餃子の皮	12枚	① りんごを薄いいちらうに切る
りんご	1/2 個	② 鍋に①と上白糖を入れて水分がなく
上白糖	30g	なるまで煮詰める
油	適量	③ 水分がなくなって、とろとろの状態 になったら火を止めて少し冷まして おく
		④ 餃子の皮に③を中身が出ないように しっかり包む
		⑤ 油できつね色になるまで揚げたら 完成！

※揚げているときに中身が出てしまうと油がはねてしまうので、  
包む際にはしっかり出ないように包んでください。