



# おいしいお料理レシピ

高橋和子

## ●牛肉と春雨の春巻き

〈材 料〉4人前

・春巻きの皮（市販）10枚

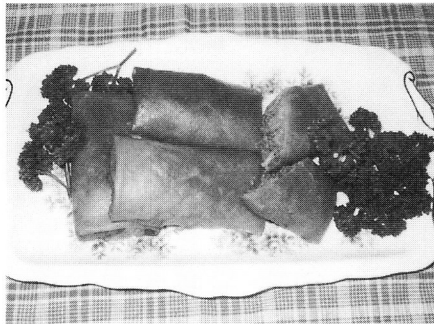
〈あん〉

- ・牛肉（切り落とし）150g……粗く刻む
- ・長ネギ 1本……縦半分に切って斜め薄切り
- ・れんこん 80g……皮を剥いて4つ割にし、小口から薄切り、水にさらし、水気をよく切る。
- ・春雨 40g……熱湯でもどし、水気をきって食べやすい長さに切る。

- 酒 大1
- しょうゆ 小1.5
- スープ 大3（鶏がらスープの素 小1/2+湯）
- オイスターソース 小2
- 塩・こしょう 各少々

〈作り方〉

- ①中華鍋に油大1でれんこんを炒めて透き通ったら長ネギを加えてよく炒め、牛肉を加えてサッと炒める。酒、しょうゆ、スープ、オイスターソース、塩、こしょうで調味し、春雨を加えて汁気がなくなるまで炒りつける。バットに移して冷ます。
- ②春巻きの皮で包み、中温の油でパリッとするまで揚げる。パセリを飾る。



牛肉と春雨の春巻き

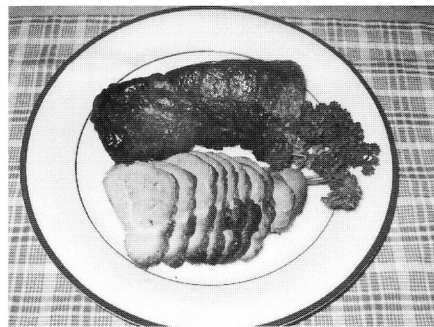
## ●焼き豚 ～簡単でサッパリした味です～

〈材 料〉

- ・豚もも肉（塊） 600g
  - ・おろし生姜 小1
  - ・砂糖 大3
- すりこみます
- こしょう 少々
  - 酒 大3
  - 濃い口しょうゆ 大3

〈作り方〉

- ①豚肉におろし生姜と砂糖をすりこみ、こしょう、酒、しょうゆをふりかけ、最低30分つける。（ビニール袋に調味料を入れて、そこへ肉を入れて冷蔵庫へ入れて、時々ひっくり返して、味をなじませる。一晩置いても良い）
  - ②オープン皿に油を塗り、肉をのせます。（オープンシートを使っても良い）
  - ③約250℃前後 → 9分～11分程焼き  
（200℃前後 → 30分～35分程度）
- 残りの汁を何度も塗りながら火が通るまで焼きます。竹串を刺して透明な汁が出れば出来上がり。



焼き豚

高橋和子お菓子教室 TEL 055-931-2515

十一月・平成二十五年二月行事予定

◎十二月二日(日)

- 第一回 全珠連検定部会
- 第三回 段位審査会

◎十二月九日(日)

- 公益法人移行委員会
- 毎日パソコン入力コンクール

決勝大会（東京）

◎十二月十六日(日)

- 第三回 正副支部長会
- 第三回 執行部長会
- 第二回 常任委員会
- 第二回 理事会

◎十二月二十二日(土)

- 第三五二回 暗算一～八級検定
- 静岡協珠算検定

◎十二月二十八日(金)～一月三日(木)

- 珠算会館休館
- ◎一月十三日(日) 平成二十四年度 静岡県珠算選手権大会

◎一月二十日(日)

- 中間監査会
- 第二回 研修部会

◎一月二十七日(日)

- 第三五三回 全珠連珠算検定
- 暗算段位検定