

【キムチチャーハン】



いもち

ごはんをモリモリ
食べられます！



くりっち

キムチの量は好みで
調節してください！

材料（4人分）

ごはん	茶わん4杯	ごま油	小さじ1
豚肉	80g	にんにく	少々
白菜キムチ	70g	しょうゆ	小さじ1
にんじん	40g	塩	少々
長ねぎ	20g	こしょう	少々
にら	20g		

作り方

1. 豚肉と白菜キムチは一口大に切り、にんじんは千切りにする。
2. 長ねぎは小口切り、にらは2cmの長さに切る。
3. フライパンにごま油とにんにくをいれ香りが立つまで炒める。
4. 豚肉、にんじんをいれ、火が通るまで炒める。
5. さらに白菜キムチ、長ねぎ、にらを入れ炒め、しょうゆ、塩、こしょうで味付けをする。
6. ごはんを入れ、混ぜながら炒める。