

きのこ入りポークビーンズ



材料：（2人分）

- 豚もも肉・・・100g（1cm角に切る）
- しいたけ・・・3枚（1cm角に切る）
- 玉ねぎ・・・1/2個（1cm角に切る）
- 赤いんげん豆（ゆで）・・・150g
- 塩・こしょう・小麦粉・・・適宜
- トマトジュース・・・1カップ
- 顆粒スープの素・・・小さじ1
- ケチャップ・ソース・・・各大さじ1
- ローリエ・・・1枚
- 塩・こしょう・・・少々
- オリーブ油・・・大さじ1
- バケット・・・適宜

調理時間：約20分

エネルギー（1人分）：409kcal

ひとことアドバイス：

トマトの旨み成分であるグルタミン酸は、煮込めば煮込むほどおいしくなりますよ！

作り方：

- 鍋に油を熱し、塩・こしょう・小麦粉を振った豚もも肉を炒め、しいたけ、玉ねぎを加えてさらに炒める。
- 赤いんげん豆を加え、油がまわったら、トマトジュースと調味料をすべて加え煮込む。
- 器に盛り、バケットを添える。

メモ

カゴメ健康直送便の商品はお電話でもご注文いただけます

 0120-719-899

（承り時間：毎日9:00～21:00）

（12/30～1/3の期間を除く土・日・祝日も承ります。）

Copyright © 2009 KAGOME CO., Ltd. All rights reserved.