

たけのこのガーリック炒め

鳥本 拓海
鳥本 空翔第2学年
第1学年

竹原中学校

アピール
ポイント

簡単なのに味もしっかりしておいしいところ。



材料と下ごしらえ

(2人分)

ゆでたけのこ 150 g **うす切り**
 ベーコン…………… 2枚 **細切り**
 オリーブオイル…………… 大さじ1
 にんにく 小さじ 1/2 **おろす**
 マヨネーズ…………… 大さじ1
 コンソメ…………… 小さじ1
 塩…………… 少々
 こしょう…………… 少々
 パセリ…………… 適量 **みじん切り**

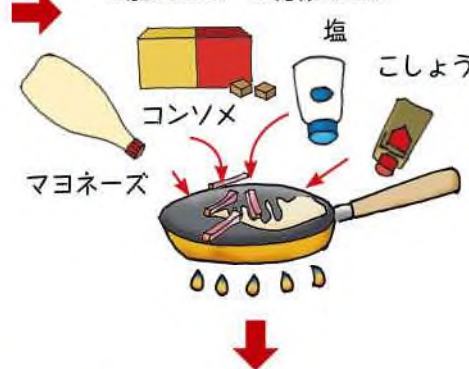
*緑の文字は竹原の代表的な産物です

つくりかた  調理時間 10分

- ① フライパンにオリーブオイルをひき、おろしにんにく、たけのこ、ベーコンを加えて2～3分炒める。



- ② マヨネーズ、コンソメ、塩・こしょうを加えて2～3分炒める。



- ③ 盛り付けてパセリを散らす。



調理アドバイス

- 短時間であっという間にできます。

