

# ナスとチンゲン菜のオイスターソース炒め

## ★ 材料 ★

・ナス	1本	・しょうゆ	小さじ1
・チンゲン菜	1株	・塩コショウ	適量
・豚肉細切れ	200グラム	・片栗粉	適量
・オイスターソース	大さじ1	・にんにく（チューブ）	1～2センチ
・酒	大さじ1	・サラダ油	大さじ1

## ★ 作り方 ★

1. ナスはよく洗ってへたを取り、1口大の乱切りにする。
2. チンゲン菜はよく洗って根元の部分を切り落とし、ざく切りにする。
3. 豚肉は塩コショウで軽く下味をつけ、ポリ袋やボウル等を使って片栗粉をまぶす。
4. フライパンにサラダ油とにんにくを加えて火にかける（油が高温になるとにんにくが跳ねるので注意する）。
5. 油が温まって、にんにくの香りがたってきたら、豚肉を加えてよく火を通す。
6. 豚肉に火が通ったら、ナスとチンゲン菜を加え、しんなりするまで炒める。
7. オイスターソース、酒、しょうゆを加え、からめるようにさっと炒め、とろみがついたら完成。

