おうちの野菜でもう一品 プルコギ春雨のレシピ【基本の作り方】





| 調理法: フライパン (c) カロリー: 193kcal (塩分: 1.3g





フライパンでたっぷりのお野菜とはるさめを煮込み、添付の液体ソースを絡めてひと煮立ちさ せるだけ!

手軽に韓国すき焼き風のはるさめ炒め煮ができます!

果実(りんご)のさわやかな甘みと生にんにくを効かせた本格的な風味をご家庭で手軽に楽しめ

醤油ベースで甘口なので家族みんなで食べられます

おうちの野菜でもう一品 プルコギ春雨

韓国すき焼き風のはるさめ炒め煮です。果実(りんご)のさわやかな 甘みと生にんにくを効かせた本格的な風味をご家庭で手軽に楽しめま す。醤油ベースで甘口なので家族みんなで食べられます。



材料 3~4人前

おうちの野菜でもう一品 ブルコギ春雨: 1袋

牛こま切れ肉:100g 油:大さじ1(12g)

にんじん:小1本(約130g) たまねぎ: 1/2個(約100g) ピーマン:1~2個(約50g)

フライパンに油(大さじ1)を熱し、牛肉・野菜をしっかり炒める【中火】