



一宮丼



【材料 4人分】

豚ひき肉	120g	たまご	2個
たまねぎ	中2/3個	塩・こしょう	適宜
なす	中1本	油	適宜
ピーマン	中2個		
長ねぎ	1と1/2本		
さとう	大さじ1		
赤みそ	大さじ1と1/2		
しょうゆ	小さじ1		



【作り方】

- ① 鍋に油を引き、豚ひき肉を炒める。
- ② 角切りにしたたまねぎ、なすを①に加え炒める。
- ③ 水気が出てきたら角切りにしたピーマンを入れ、さとう、しょうゆ、少量の水で溶いた赤みそを加えて煮込む。
- ④ ③に、小口切りにしたねぎを加える。
- ⑤ ④を塩・こしょうで調味する。
- ⑥ フライパンに油を引き、いい卵を作る。
- ⑦ ⑤と⑥をご飯の上にきれいに盛り付ける。



前年度の応募献立入賞作品で、西成東小学校の児童が考えた献立です！丹陽地区で栽培が盛んな『なす』、千秋地区で栽培が盛んな『ねぎ』、浮野地区の『卵』など、地元の産物が使われています。ぜひご家庭でも作ってみてください！