

主菜

ポークビーンズ

お豆も野菜もたくさん食べられる



※ベーコンは、卵・乳・小麦を含むものがあります。
商品パッケージをご確認ください。

材料(大人2人+幼児2人分)

大豆(水煮)	130g
豚肉	100g
玉ねぎ	中3/4個(150g)
じゃがいも	中2~3個(230g)
人参	中2/3本(60g)
ベーコン	2枚
A トマトケチャップ	50g
トマトピューレ	25g
砂糖	大さじ1/2
ウスターソース	小さじ1
塩	小さじ1/4

作り方

1. 玉ねぎ、じゃがいも、人参は皮をむいて2cm角に切る。
2. 豚肉、ベーコンは2cm幅に切る。
3. 鍋に2、1の順に入れて炒め、ひたひたの水を加えて煮る。
4. 煮立ったら大豆(水煮)、Aの調味料を加えて、野菜がやわらかくなるまで煮込む。



保育園の人気メニューのひとつ。
お豆も野菜もたっぷり入っていますが、トマトのコクで食べやすく仕上がっています。