

# 道の駅レシピ



ピリ辛! ネギヤーコン丼(4人前)

## 道の駅情報

### ● 道の駅 季の里天栄

須賀川インターから約25分

Tel (0248) 81-1455

HPアドレス [道の駅 季の里天栄](#)



## 道の駅 特産品



天栄ヤーコン

## ピリ辛! ネギヤーコン丼(4人前)

有機質肥料を用いて栽培した天栄ヤーコンの特徴を活かしたピリ辛丼。手軽に作れますので、是非作ってご賞味下さい。

### 特産品

天栄ヤーコン

### レシピ作成者

駅長 猪越様

### ここが重要! ワンポイント

切ったヤーコンを水にさらす点と、炒める油にネギの香りを移すのがポイントです!



## 調理時間・材料

調理時間 20分程度

材料

- ・ 天栄ヤーコン1本(約150g)
- ・ 長ネギ1本
- ・ 米3合
- ・ 豚バラ肉300g
- ・ 糸唐辛子 適量
- ・ 豆板醤 小さじ1/2
- ・ 砂糖大さじ2・醤油大さじ4
- ・ 酒・ごま油・サラダ油・塩



## 作り方

- 1 ヤーコンは短冊に切り、長ネギの青い部分は斜めに切り、白い部分は白髪ネギにする。(ヤーコンは、水にさらしておく)
- 2 一口大に切った豚バラ肉に豆板醤小さじ1/2・醤油大さじ4・酒大さじ1・砂糖大さじ2で下味をつける。
- 3 多めのサラダ油を熱したフライパンに長ネギの青い部分を入れ、さっと炒める。油にネギの香りが移ったらネギを取り出しておく。
- 4 残ったネギの香りが付いた油で、豚肉とヤーコンをフライパンに入れ炒める。炒め終わったら、青い長ネギも戻し、塩とごま油で味を整える。
- 5 丼にご飯を盛り、炒めたネギの青い部分、豚肉、ヤーコンをご飯の上に載せ、最後に糸唐辛子を和えた白髪ネギを盛る。

### レシピ紹介者からのコメント

ビタミン・ミネラルが豊富な天栄ヤーコンを使ったおいしい丼です。是非作ってみてください。

