

食材2つだけ!

豚こま肉

×

れんこん



調理時間

15分

豚こま肉でボリューム満点

豚こま団子の黒酢酢豚

材料 (2人分)

豚こま切れ肉…………… 200g

れんこん…………… 1節(200g)

小ねぎ(あれば)…………… 1本

○酒…………… 小さじ2

○薄力粉…………… 大さじ1

●黒酢…………… 大さじ1と1/2

●しょうゆ…………… 大さじ1

●砂糖…………… 大さじ1と1/2

●鶏ガラスープの素(顆粒)
…………… 小さじ1/2

●片栗粉…………… 小さじ1

サラダ油…………… 大さじ1

1 材料を切る

れんこんはひと口大の乱切りにし、水に5分さらす。小ねぎは小口切りにする。ボウルに豚肉と○を入れて混ぜ、8等分にして丸めたら形を平たく整える。●を別のボウルに混ぜ合わせる。

2 炒める

フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、豚肉を両面に焼き色がつくまで焼く。水気を切ったれんこんを加えて3分炒める。水50ml(分量外)と●を加え、煮立ってとろみが付いたら火をとめる。

3 仕上げ

皿に盛り付け、小ねぎを散らす。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索