

食材2つだけ!

豚こま肉

×

じゃがいも



調理時間

25分

イタリアンバル風のおしゃれメニュー

豚こま団子とじゃがいものトマト煮

材料 (2人分)

豚こま切れ肉…………… 250g

じゃがいも…………… 2個

○トマト水煮缶 …… 1/2缶(200g)

○洋風スープの素 …… 小さじ1/2

○白ワイン(または酒)…… 大さじ2

○にんにくチューブ…………… 1cm

●酒…………… 小さじ2

●塩…………… 少々

●薄力粉…………… 大さじ1

塩・こしょう…………… 各適量

ドライパセリ(あれば) …… 少々

1 材料を切る。

じゃがいもはひと口大に切り、水に5分さらす。豚肉と●をポリ袋に入れ、袋の上から揉む。袋から取り出し、8等分してしっかり握って丸める。

2 煮る

フライパンにオリーブオイルを入れて中にかき、豚肉を転がしながら焼き色をつける。水200ml(分量外)と○、じゃがいもを入れて15分煮る。

3 仕上げ

塩、こしょうで味を整え、皿に盛りつけたらドライパセリをふる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索