

食材2つだけ!

豚バラ肉

×

大根

調理時間
30分



薄切り豚バラで“なんちゃって角煮”

豚バラと大根の角煮風

材 料 (2人分)

豚バラ肉(薄切り) 8枚
大根 5cm
しょうが 1片
片栗粉 適量

○しょうゆ 大さじ2と1/2
○酒 大さじ2
○みりん 大さじ1
○砂糖 大さじ1と1/2

1 材料を切る

しょうがを薄切りにする。大根は厚さ1cmの半月切りにし、耐熱皿にのせてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで5分加熱する。豚肉は1枚を4cm幅に折りたたむ。折りたたんだ豚肉にもう1枚の豚肉を巻きつける。残りの3個も同様に仕上げ、片栗粉を薄くはたく。

2 煮る

フライパンに豚肉を入れて、両面焼き色がつくまで焼く。鍋に大根、豚肉と水300ml(分量外)、○を入れて弱火で20分煮る。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索