

食材2つだけ!

豚バラ肉

×

ズッキーニ



調理時間

15分

ズッキーニ独特の食感を楽しむ

ズッキーニの肉巻き

材料 (2人分)

豚バラ肉(薄切り) …… 8枚

ズッキーニ …… 小1本

塩・こしょう …… 少々

ポン酢(好みで) …… 適宜

柚子胡椒(好みで) …… 適宜

1 材料を切る

ズッキーニは長さを半分に切り、4つ割りにする。ズッキーニに豚肉を巻き、塩・こしょうをふる。

2 焼く

豚肉のとじ目が下になるようにしてズッキーニをフライパンに並べ、中火にかける。転がしながら全面に焼き色がつくまで焼く。

3 仕上げ

皿に盛り付け、好みでポン酢、柚子胡椒などをつける。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索