

食材2つだけ!

豚こま肉

×

カット野菜



調理時間

10分*

10分で完成!ごまだれも簡単手作り♪

冷しゃぶごまだれ

材料 (2人分)

豚こま切れ肉…………… 150g

カット野菜(サラダ用)… 150g

薄力粉…………… 小さじ2

酒…………… 大さじ1

○マヨネーズ…………… 大さじ2

○しょうゆ…………… 小さじ2

○酢…………… 小さじ2

○砂糖…………… 小さじ2

○すりごま(白)…………… 大さじ2

○ごま油…………… 小さじ2

1 豚肉を茹でる

豚肉に薄力粉を薄くはたき、余分な薄力粉はふり落とす。鍋にたっぷりの湯をわかし、酒を入れる。鍋の火加減は沸々湧く程度に調節し、豚肉を半分入れて色が変わったら引き上げて冷ます。同様に残り半分も茹でる。肉の粗熱が取れるまで常温で置く。

2 仕上げ

○をボウルに混ぜ、たれを作る。野菜を皿に盛り付け、豚肉をのせる。たれをかける。

※ 豚肉を冷ます時間を含まない



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索