

静岡県産畜産物でおいしく簡単クッキング!

豚肉の南部焼き



材料(1人分)

・豚肩ロース...90g

◎溶き卵...1/4個

◎おろししょうが...小さじ1/2

◎しょうゆ...小さじ1

◎みりん...小さじ1/2

◎いりごま...小さじ1



作り方

- 1 豚ロース肉はすじ切りをして混ぜ合わせた◎に30分以上つけ込んでおく。
- 2 フライパンを熱し、豚ロース肉にごまをふって両面に少しこげ目がつくくらい焼く。
- 3 できあがり!