



毎月 19 日はみしま
おうちごはんの日！
家族や仲間と
食事をしよう♪



材料 2 人分

葉しょうが	6本	酒	大さじ2
豚ロース薄切り肉	6枚	A 砂糖	小さじ1
塩こしょう	少々	しょうゆ	大さじ1
小麦粉	大さじ1		
油	小さじ1	【付け合わせ】	
酒	大さじ1	レタス	適宜
		ミニトマト	適宜

作り方

- ① A の調味料はあわせておく。
- ② 豚ロース肉に塩こしょうをふって葉しょうがを巻く。
- ③ ②に小麦粉をまぶす。
- ④ 油をひいたフライパンに③を入れて焼いていく。
- ⑤ 焼き色がついたら酒を入れて蓋をして蒸し焼きにする。
- ⑥ 肉に完全に火が通ったら、A の調味料を入れる。
- ⑦ A の調味料が絡んだら、レタス、トマトを添えて盛り付ける。