

ロールレタスのトマト煮



材料 2 人分

| | | | |
|---------|-----------|-------|---------|
| レタス | 6 枚 | トマト缶 | 400g |
| 豚ロース薄切り | 200g | 塩 | 小さじ 1/2 |
| スライスチーズ | 3 枚 | こしょう | 少々 |
| 玉ねぎ | 1/4 個 | 乾燥バジル | 適量 |
| パプリカ | 1/2 個 | | |
| 油 | 適量 | 爪楊枝 | 適当 |
| 水 | 300~400ml | | |

作り方

- ① レタスは洗って水気があるまま耐熱ボウルに入れる。電子レンジで 2 分 30 秒ほど温めて、肉が巻きやすくなるよう少し軟らかくしておく。
- ② ①のレタスを広げ、肉、半分に切ったチーズの順にのせて巻き、爪楊枝を刺して固定する。
- ③ 油を熱したフライパンでスライスした玉ねぎと縦 1cm 幅に切ったパプリカを炒める。
- ④ ある程度火が通ったら②と水を入れて、蓋をして蒸し焼きにする。
- ⑤ ロールレタスに火が通ったら、A を入れて味を調える。