

キャベツ



茹ですぎると栄養が溶け出すので、生のままか軽く火を通したものがおすすめです。長期保存するには、芯をくりぬき湿らせた新聞紙でくるんで冷蔵庫へ入れてください。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



こってり豚丼

調理時間
10分

1人分
867kcal

こってり豚丼

調理時間

10分

1人分

867kcal

【材料/2人分】

ご飯……………丼2杯分
豚肩ロース薄切り肉……………200g
キッコーマン わが家は焼肉屋さん 濃厚だれ
……………大さじ4
サラダ油……………大さじ1
卵黄……………2個
キャベツ……………60g
万能ねぎ(小口切り)……………適量

【作り方】

- ①キャベツはせん切りにする。
- ②フライパンに油を熱し、豚肉を両面香ばしく焼き、「キッコーマン わが家は焼肉屋さん 濃厚だれ」を加えて全体をよく絡める。
- ③丼にご飯を盛って②をのせ、残ったたれをまわしかける。真ん中に卵黄を落とし、万能ねぎをちらす。