

豚肉と玉ねぎの超生姜焼き丼



調理時間（10分）

【提案ポイント】

「ｷｬｰﾏﾝ超生姜焼のたれ」を使ってボリューム満点の生姜焼き丼ができました！3種類の生姜とたまねぎ、にんにく、りんごがたっぷり入った具材感のあるたれが、豚肉にしっかりと絡み、たれがごはんに染みて、箸がとまらなくなるおいしさです。

【当社使用商品】

キッコーマン超生姜焼のたれ

【栄養計算値（1人分当たり）】

エネルギー

540 kcal

食塩分

1.7 g

【材料（2人分）】

豚肩ロース肉（薄切り）	…	180g
玉ねぎ	…	1/4個
サラダ油	…	大さじ1
かつまろ超生姜焼のたれ	…	大さじ4
ご飯	…	300g
貝割れ菜	…	適宜

【つくり方】

- (1) 豚肉は食べやすい大きさに切る。玉ねぎは薄切りにする。
- (2) フライパンに油を中火で熱し、玉ねぎと豚肉を加えて火を通す。玉ねぎはしんなりしたら、たれを加え15秒程炒め絡める。
- (3) 丼にご飯を盛り、(2)をのせ、貝割れ菜をのせる。

