

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

豚肉のトマトミルク生姜焼き

調理時間

20分

1人分

327kcal



※写真はイメージです。

夏の旬食材



玉ねぎ

+

使ったのはコレ!



タカラ
料理のための
清酒

豚肉のトマトミルク生姜焼き

材料/2人分

豚もも肉(生姜焼き用).....	200g
塩.....	0.5g
白こしょう.....	0.3g
タカラ 料理のための清酒...	小さじ2
小麦粉.....	小さじ1
サラダ油.....	小さじ2
生姜.....	大1片(20g)
玉ねぎ.....	30g
フルーツトマト.....	小1個(60g)
タカラ 料理のための清酒...	大さじ2
本みりん.....	大さじ2
牛乳.....	大さじ2
味噌.....	大さじ1
細ねぎ.....	2本

作り方

- ①豚肉は表面の水分をキッチンペーパーでふきとり、全体を楊枝で刺しておく。塩、こしょうをし、「タカラ料理のための清酒」を全体にもみ込んでおく。
- ②表面の水分をふき、ポリ袋の中で小麦粉を全体にまぶす。
- ③大きめのフライパンにサラダ油を熱し、細く千切りにした生姜、薄くスライスした玉ねぎ、6等分のくし切りにしたトマトを加えて、表面を焼くようにして炒める。ここに豚肉を広げて加え、フライ返しで豚の脂部分を押し付けて、焦げ目をつけながら両面を焼く。
- ④火力を弱め、合わせておいたAを加え、沸々とさせながら、フライパンを傾けてスプーンでたれを肉にかけながら、煮詰める。
- ⑤器に盛り、小口切りにしたねぎを散らす。