

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

これからの暑い季節にぴったりです!

サムギョプサルサラダ

調理時間

15分

1人分

465kcal



※写真はイメージです。

夏の旬食材



にんにく

+

使ったのはコレ!



宝酒造
タカラ本みりん
「醇良」



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



サムギョプサルサラダ

材料/2人分

にんにく……………6片
豚バラ肉(焼肉用)……………200g
塩、こしょう……………少々

〈たれ〉

しょうゆ……………大さじ1と1/2
砂糖……………大さじ1/2
コチュジャン……………小さじ1/2
宝酒造 タカラ本みりん「醇良」
……………大さじ1と1/2

サニーレタス、大葉など好みの葉野菜
……………適量
キムチ、白ごま(お好みで)……………適量

作り方

- ①にんにくは半割りにする。豚肉は塩こしょうをする。〈たれ〉の調味料を混ぜ合わせる。
- ②フライパンを熱し、豚肉を加える。肉の上に、にんにくをのせ弱めの中火で片面4～5分、返して2分ほど焼く。途中出てきた油はこまめに拭き取り、カリッと焼き上げる。
- ③〈たれ〉を回しかけ、肉に絡める。
- ④皿に好みの葉野菜、肉、キムチ、いりごまをのせ、〈たれ〉の残りを添える。