

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

豚肉とせん切りキャベツの フライパン蒸し

調理時間

10分

1人分

551kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



キャベツ

+

使ったのはコレ!



キュービー
深煎りごま
ドレッシング



つくり方は
こちら!

豚肉とせん切りキャベツのフライパン蒸し

材料/2人分

豚肉(しゃぶしゃぶ用).....200g
キャベツ.....1/4個
にんじん.....1/3本
えのきだけ.....1/2パック
水.....50ml
①ラー油.....少々
②レモン 全果.....1/8個
③おろししょうが(チューブ入り)...少々
④黒こしょう.....少々
キューピー 深煎りごまドレッシング
.....適量

作り方

- ①キャベツと皮をむいたにんじんは、せん切りにする。
えのきだけは石づきを取り、ほぐす。
- ②フライパンに①を混ぜて敷き、豚肉を広げてのせ、
水を回し入れ、しっかりとふたをして強めの中火
で約3分、豚肉に火が通るまで蒸し焼きにする。
- ③器に「キューピー 深煎りごまドレッシング」を
入れ、お好みで①～④を加え、つけだれにする。
②をつけていただく。