

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

お腹も満足なボリュームサラダです。

しっとり豚しゃぶサラダ

調理時間

10分

1人分

362kcal



※写真はイメージです。

春の旬食材



レタス



豚肉

+

使ったのはコレ!



キュービー
マヨネーズ
ハーフ
400g



「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



しっとり豚しゃぶサラダ

材料/2人分

レタス……………1/2個
トマト……………1個
豚肉バラしゃぶしゃぶ用……100g

〈下味〉

酒……………大さじ1/2
サラダ油……………大さじ1/2
塩麹……………大さじ1
すりおろしショウガ……………小さじ2

キューピー マヨネーズハーフ…大さじ2
ミックスナッツ……………お好みで

作り方

- ①レタスは食べやすい大きさにちぎる。トマトは食べやすい大きさに切る。
- ②豚肉は食べやすい大きさにハサミで切り、耐熱ボウルに入れ、下味をつける。ふわりとラップをして600Wのレンジで1分半加熱する。一旦取り出して、よく混ぜ、さらに30秒加熱して、冷ましておく。
- ③器に①、②を盛り、お好みで砕いたミックスナッツを振り、「キューピー マヨネーズハーフ」をかけて完成。