

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

本つゆとごま油にんにくを効かせたやみつきになる♪

豚バラキャベツの もつ鍋風おかず鍋

調理時間

10分

1人分

346kcal



※写真はイメージです。

冬の旬食材



キャベツ

+

使ったのはコレ!



キッコーマン
濃いだし
本つゆ
500ml

豚バラキャベツのもつ鍋風おかず鍋

材料/3~4人分

キャベツ……………1/2個
にら……………1袋
にんにく……………2片
豚バラ肉(薄切り)……………250g
赤唐辛子(小口切り)……………1本分
キッコーマン 濃いだし本つゆ……
……………大さじ5
ごま油……………大さじ2
すりごま(白)……………適量

作り方

- ①キャベツは大きめのひと口大に切る。にらはザク切り、にんにくは薄切りにする。豚肉は4~5cm長さに切る。
- ②フライパンにキャベツを入れて豚肉を広げてのせ、にら、にんにく、赤唐辛子をのせる。
「キッコーマン 濃いだし本つゆ」を加えてふたをし、中火で6~7分蒸す。
- ③火が通ったらごま油をまわしかけ、すりごまを全体にふる。味が均一になるように全体をよく混ぜて食べる。