

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

ごはんがどんどん進む美味しさ♪

焼きねぎと豚バラの 塩あん炒め

調理時間

10分

1人分

304kcal



冬の旬食材



豚肉



長ねぎ

+

使ったのはコレ!



ミツカン
プロが使う味®白だし
500ml



「作り方動画を
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



※写真はイメージです。

焼きねぎと豚バラの塩あん炒め

材料/2人分

長ねぎ……………1本
エリンギ……………2本
豚バラ肉(しゃぶしゃぶ用)…150g
水溶き片栗粉……………適量
〈調味料〉
水……………大さじ2
ミツカン プロが使う味®白だし…
……………大さじ1
うす口醤油……………小さじ1

作り方

- ①長ねぎは4cm幅に、エリンギは縦に4等分、豚肉は5cm幅で切る。
- ②フライパンに長ねぎを入れ、上から重石をして2分ほど焼きめがつくまで焼けたら、エリンギ、豚肉を加えて炒める。
- ③豚肉の色がほぼ変わったら、調味料を加え、1分ほど煮たら、水溶き片栗粉でとじる。