

30 厚揚げと豚肉の巻き物

厚揚げに肉を巻いて、あっと驚く美味しさ
味付けは市販の焼肉のたれを使っても OK

食材量 (2人分)

豚肉しゃぶしゃぶ用肉	120g
厚揚げ	1丁
サラダ油	小さじ1

【合わせ調味料】

しょうゆ	大さじ1・1/2
砂糖	大さじ1
しょうが汁	大さじ1

■作り方■

- 厚揚げは縦に半分に切る。
- 豚肉の半量で、半分の厚揚げの全体に巻きつける。残りも同様に巻く。
- フライパンにサラダ油を弱火で熱し、厚揚げの中まで火が通るよう、ゆっくりと焼き上げる。
- 仕上げに合わせ調味料を回しかけ、汁気がなくなるまで焼き、一口大に切る。

