



りゅうちゃんの  
**まーせんキッチン** 16

豚肉のしょうが焼き



レシピ考案  
**がなは りえこ先生**  
まつもとりょうり がくいん しゆにんきょうし  
(松本料理学院 主任教師)



**材料** (6~7人分)

豚バラ肉 ..... 500g

【たれ】

すりおろししょうが...大さじ1  
 ヨーグルト .....大さじ2  
 料理酒 ..... 50ml  
 みりん ..... 50ml  
 しょうゆ ..... 50ml  
 ゴマ油 ..... 大さじ1~2

**作り方**

- 豚バラ肉は食べやすい大きさに切る。  

- ボウルにたれを混ぜ合わせ、豚バラ肉を入れて手でみ込む。  

- フライパンを中火であたため、豚バラ肉を加えてほぐしながら焼く。水分がなくなるまでいためる。  


第579回新報料理講習会夏休み子どもクッキングより  
(第2、4週掲載)