

今月の食材
豚肉とんかつ用

厚切りおつまみチャーシュー

材 料 (4人分)

- 豚肉(とんかつ用) ……4枚
- ねぎ ……1/2本
- しょうが ……一片
- おろしニンニク(チューブ可) ……小さじ1
- 酒 ……大さじ3
- しょうゆ ……大さじ3
- みりん ……大さじ3



作り方 (調理時間 約25分)

- ①豚肉は3等分、しょうがは細切り、ねぎはみじん切りにし、おろしニンニク、酒、しょうゆ、みりんもすべてポリ袋に入れて冷蔵庫で約10分寝かせる。
- ②耐熱容器に①を入れラップをし、レンジで加熱(600w 約5分、500w 約6分)。
- ③加熱後、ラップをしたまま10分冷蔵庫で冷やして完成。

かたまり肉じゃないから味が早く染み込んですぐに食べられる！
ラーメン屋さんのチャーシュー風♪