



## 【新たまねぎの肉巻き】



日吉 洋子 さん

## 材料 (2人分)

新たまねぎ	1コ	小麦粉	大さじ2
豚バラ肉	8枚 (180g)	塩	小さじ1/4
サラダ油	小さじ1	こしょう(黒)	小さじ1/4

## 手順

- (1) 新たまねぎは芯を残して、ひと口大のくし型に切っておく。
- (2) 豚バラ肉を広げて、塩・こしょうをまぶし、切った新たまねぎを巻いていく。  
巻き終わったら小麦粉をまぶす。
- (3) フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、(2) の豚バラ肉の巻き終わりを下にして焼いていく。  
新たまねぎの生の食感を残し、肉の全体に焼き色がついたら完成。