



【豚肉のしょうが焼き】



松田ももさん(まつだ・もも)さん

材料 (2人分)

しょうが	30g	みそ	大さじ1
豚肩ロース肉(薄切り)	200g	酒	大さじ2
レタス	2枚	みりん	大さじ2
ミニトマト	4コ	しょうゆ	大さじ1
たまねぎ	1/2コ(100g)	サラダ油	大さじ1
たまねぎ(つけだれ用)	大さじ1		

手順

- (1) 皮をむいたしょうがを 30g 使う。20g はみじん切りに、10g はすりおろす。
- (2) レタスは食べやすいサイズにちぎり、ミニトマトはヘタをとっておく。
豚肉は一口大に切っておく。たまねぎは 80g を薄切りに、豚肉の下味用に 20g すりおろす。
- (3) 豚肉をすりおろした、しょうが、たまねぎにつけて下味をつける。
- (4) みそ、しょうゆ、酒、みりんをよく混ぜ合わせてタレを作る。
- (5) フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、みじん切りしたしょうがの半分を加える。
香りが出てきたら豚肉を加えて炒めていく。豚肉に焼き色がついたら、薄切りした玉ねぎを加えてさらに炒める。全体に火が通ったら、(4) のタレを加え、煮汁がなくなるまで、炒めて火を止める。
- (6) 器にレタスとミニトマト、豚肉を盛りつけ、しょうがをトッピングしたら完成。