

豚肉の野菜巻き

【 材 料 】 (1人分)

豚ロース肉	…	40g
人参	…	10g
さやいんげん	…	8g
ごぼう	…	10g
醤油	…	3g
みりん	…	2g

【 作り方 】

- ① 人参・ごぼうは棒状に切り茹でる
- ② いんげんも①の長さに切り茹でる
- ③ ①に調味料を加え煮、下味をつける
- ④ 肉で③と②を巻き、焼く
- ⑤ ④に下味で残った調味料を加え照りが出るまで、からめ煮したら、出来上がり！

