

野木町地産地消メニュー



116 肉巻き大根



調理時間 20分

だししょうゆとみりんの味つけだけの絶品おかず！

食材の旬
大根 秋～冬

【材料】

豚薄切りロース肉	150g
大根	120g
油	大さじ1
しょうゆ	小さじ2
みりん	大さじ1
おろししょうが	小さじ1

【作り方】

- ①大根は長さ5cmの太めのせん切りにし、ラップをして電子レンジ（600W 2分）で加熱する。
- ②肉を1枚広げ、等分に分けた大根をのせて巻く。
- ③フライパンに油を入れ中火にかけ、②の巻き終わりを下にして焼く。転がしながら表面を焼いたら、Aを入れてからめながら焼く。

～ひとくちメモ～

調味料の加減は、お好みで調整してください。