

7月レシピ紹介

豚テキ

<材料> 4人分



《作り方》

	豚肩ロース切身50g	4枚
A	しょうゆ	小さじ2
	砂糖	小さじ1
	酒	小さじ1
	ウスターソース	大さじ2
	おろしにんにく	小さじ1
	油	適量

- ① Aの調味料をよく混ぜ合わせておく。
- ② フライパンに油をひいて、肉を焼く。
- ③ 肉が焼けてきたら、Aの調味料を流し入れ、肉全体に絡めていく。
- ④ 肉に火が通り、調味料が絡んだら出来上がり。