

肉巻きアスパラの照り焼き

材料（2人分）

- ・ 豚バラうすきり肉 8枚
- ・ グリーンアスパラガス 4本
- ・ エリンギ 2本
- ・ 大根おろし 3cm分
- ・ たれ
しょうゆ . . . 大さじ2
砂糖、みりん、酒 . . . 大さじ1
サラダ油



作り方

- 1、アスパラガスは根元のかたい部分を皮向き器で向き、長さを半分に切る。エリンギは縦4等分に切る。
豚肉1枚を広げ、アスパラとエリンギを1切れずつ、手前に置いて、縦から巻きつける。残りも同様に巻く
- 2、フライパンに油小さじ2を熱し、1の巻き終わりを下にして並べ入れる。巻き終わりが焼き固まったら、はしで転がしながら、焼き目色がつくまで、焼いていったん取り出す。
- 3、ペーパータオルで余分な油を拭き取る。たれの材料入れ火にかけ、肉巻きを入れ煮詰め全体にからめ、完成。
器に盛り、大根おろしを添える。