

もやしの豚平焼き

(2024年5月28日放送)

■材料: (2~3人分)

もやし1袋、豚バラ肉100g、卵2個、紅ショウガ小さじ1、油大さじ1、酒大さじ1、塩・こしょう、マヨネーズ、お好みソース、かつおぶし適量、あれば小葱適量

■作り方

1.もやしは洗って水を切っておく。

2.フライパンに油をひいて豚肉を焼き一度取り出す。そこにもやしを入れて塩・こしょう・酒・豚肉を入れて蓋をし、一度蒸し焼きに。水が出るのでそれをふき取る。

3.フライパンに油をひき、溶き卵を入れ、半熟になったら2を入れて巻く。マヨネーズ、ソース、かつおぶしを振ったら、小葱をたっぷりのせて出来上がり。

