

# 豚肉のアップルソース焼き

今月のおすすめ



～材 料～

生姜焼き用豚肉	4枚
リンゴジャム	40g
玉ねぎ	30g
醤油	大さじ2
酒	小さじ1
みりん	小さじ1
ニンニクチューブ	1cm
生姜チューブ	1cm



～作り方～

- ① 玉ねぎをおろし器でおろす、またはフードプロセッサーですりおろし状にする。
- ② ①にリンゴジャム、醤油、酒、みりん、ニンニクチューブ、生姜チューブを加えてよく混ぜ、そこに豚肉を漬け込み 30 分くらい置く。
- ③ フライパンに油をひき、②を火が通るように焼く。
- ④ お皿に焼けた肉を取り出し、残ったソースを少し煮詰めてから、肉の上にかけて出来上がり。

