

豚肉のハーブロースト

<材料> (2人前)

豚ロース肉 1枚 (200~250g)

ハウス食品 ハーブミックスソルト 小さじ2

オリーブ油 大さじ1/2

A (カゴメ トマトケチャップ 大さじ4

(オリーブ油 大さじ1/2

(ハウス食品 ニンニクチューブ 少々

(砂糖 少々

ベビーリーフ 1パック

使用調味料



食でつなぐ、人と笑顔を。

House



<作り方> (調理時間15分)

1. 豚肉はビニール袋に入れて、ハーブミックスソルトとオリーブ油を入れて肉にもみ込む。
(お子さんにぜひ)
2. フライパンに1を入れて、弱目の中火で4分焼き、返して、2分焼く。
バットなどに取り出して、5分ほど休ませる。(ここは大人の方と一緒に)
3. 2のフライパンにAを入れて、中火で30秒ほど煮詰める。豚肉はそぎ切りにする。ベビーリーフを添えて出来上がり(盛り付けはお子さんにぜひ)
肉を休めて、出た肉汁は盛り付けた肉にかける。

