



ハッピーレシピ辞典



「生活良好誌 2003年8月号より」

豚肉とキムチの串焼き・・・身近な素材で作るお料理バラエティ



- 1 豚肉は幅2～3cmの帯状に切り、下味の調味料をまぶしてもみ込みます。
- 2 白菜キムチは串に刺しやすい大きさに切り、青ねぎは長さ3cmに切ります。
- 3 竹串に1の豚肉をぬうように刺し、キムチ、青ねぎを交互に刺していきます。
- 4 3に小麦粉をまぶし、溶き卵をつけて、サラダ油を熱したフライパンで両面を焼き、豚肉に火を通します。
- 5 器に盛ってポン酢しょうゆを添えます。

🍴 材料(4人分)

豚肉(肩ロース薄切り)	250g
▼豚肉の下味▼	
白菜キムチの汁	大さじ1～2
しょうゆ	小さじ1/2
ごま油	小さじ1/2
白菜キムチ	150g
青ねぎ	4本
小麦粉	適量
卵	2コ
サラダ油	大さじ2
ポン酢しょうゆ	適量