

# 《 豚肉の南部焼き 》



## 材料 <2人前>

- |          |       |   |       |      |
|----------|-------|---|-------|------|
| ・豚肉(ロース) | 60g×2 | ★ | ・酒    | 小さじ1 |
| ・ごま      | 大さじ1  |   | ・しょうゆ | 小さじ2 |
| ・油       | 適量    |   | ・砂糖   | 小さじ1 |
| ・ねぎ      | 少々    |   | ・みりん  | 小さじ1 |

## 作り方

1. 豚肉を調味液(★)に10分程度漬け込む。  
漬け込み後、表面に胡麻を付ける。
2. フライパンに油をひき、中火で両面を焼いてから、弱火で中まで火を通す。