

長芋の肉巻き



< 材料 >

◎冷凍長芋スティックCLS-Q…24本 (60g)
豚バラ(ロース)…6枚 小麦粉…20g
塩コショウ 醤油…大さじ1
めんつゆ…大さじ1 砂糖…小さじ1
バター…5g

< 作り方 >

- 1.豚バラに塩コショウをし、長芋スティック4本程を巻き、小麦粉をまぶして焼く。
- 2.まんべんなく焼き色がついたらフライパンから取り出しておく。
- 3.2のフライパンに醤油・めんつゆ・砂糖バターを入れ煮詰める。
- 4.2の肉巻きに3のタレをかけて完成。



Eastern Foods

イースタンフーズ株式会社