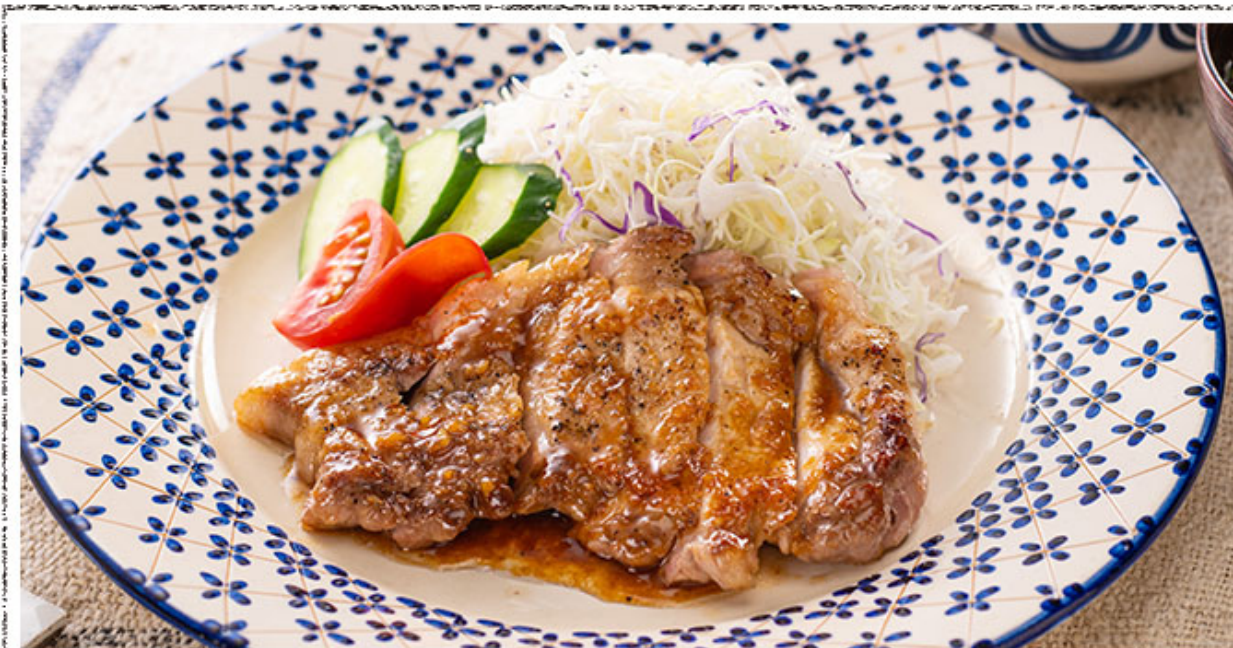


# ポークアップルジンジャー

🕒 調理時間 約12分



## 材料 2人分

のせて焼くアップルパイ風シート …… 2枚  
 とんかつ用豚肉(ロース) …… 2枚  
 しょう油 …… 大さじ1  
 すりおろし生姜 …… 小さじ1~2  
 ごま油 …… 小さじ1/2  
 塩・こしょう …… 各少々

## 作り方

- ① とんかつ用豚肉(ロース)の筋きりをし、塩こしょうをふる。
- ② 熱したフライパンにごま油をひき①をこんがりとし色がつくまで中火で3~4分両面焼く。
- ③ アップルパイ風シート2枚を肉の上のせ溶けたらしょう油・すりおろし生姜を入れとろみが付くまで火をいれる。

### ワンポイントアドバイス

しょうが焼き用の肉や薄切りの肉だともっと短時間でできるよ！  
 玉ねぎを一緒に炒めても最高。

※写真は1人分です。  
 ※調理後はお早目にお召しあがりください。  
 ※やけどにご注意ください。  
 ※食材を切る際はケガにご注意ください。