

肉巻きおにぎり



キューピー
「和風醤油ごま入ドレッシング」を使用

＜材料＞(2人前(6個))

白ご飯	150g
豚バラ薄切り	150g
ディノケール	6枚
サラダ油	小さじ1
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
和風醤油ごま入ドレッシング	大さじ2

＜作り方＞

- (1) ディノケールを茹でる。
- (2) 白ご飯を一口サイズに四角くラップに包む。
- (3) (2)のラップを外して、ディノケールと豚肉をまきつける。
- (4) フライパンにサラダ油をいれ熱し、(3)のとじめを下にして中火で焼き目がつくまで焼く。転がしながら全体を焼く。
- (5) 余分な油をとって、和風醤油ごま入りドレッシング、酒、砂糖、みりん、しょうゆを全体に絡める。