

～＊～豚肉の南部焼き～＊～

<材料 4人分>

豚ロース肉……4枚

こいくち醤油……小さじ1

おろし生姜……小さじ1

酒………小さじ1

みりん………小さじ1/2

白ごま………小さじ1

黒ごま………小さじ1/2

<作り方>

- ①豚ロースに、合わせた調味料を浸す。
- ②焼く前に白黒ごまを①にまぶす。
- ③フライパンかオーブンで火が通るまで焼く。

