

にんにく 豚肉の大蒜ソース

～豚肉料理～

(約4人分)



材料

豚バラ肉	350g～
もやし	150～200g (1袋)
きゅうり	1本

かけ汁	醤油	小さじ5
	砂糖	小さじ2
	酢	小さじ2
	ラー油	小さじ1/4
	<small>にんにく</small> 大蒜をすりおろしたもの	1～2片

作り方

- ① 豚肉を水から茹でる（長ねぎ、大蒜、生姜の香味野菜を入れる）
- ② もやしはさっと茹で、水を切っておく
- ③ きゅうりは千切りにし、水につけ、パリッとさせておく
- ④ 豚肉を皿に並べ、上にきゅうり、その上にもやしをこんもりと盛り、かけ汁をかけていただく。