



## わけぎの豚肉巻き (4人分)

### ●材料

わけぎ …… 1束

豚バラ薄切り肉 …… 180g

酒 …… 大さじ1

塩 …… 少々

ポン酢 …… 適宜

七味唐辛子 …… 適宜

### ●作り方

1人分 183kcal

1. わけぎは長さを2等分し、3~4本を束ねて端のほうから豚肉を巻く。全て巻き終わったら、お皿に並べて酒と軽く塩を振る。
2. ふんわりとラップをして、レンジで約3分加熱する。
3. 出てきた脂分を捨て、食べやすい大きさに切りそろえる。
4. 器に盛り、ポン酢をかけ、お好みで七味唐辛子をかけていただく。