

02

豚バラ肉まぶし蒸し

料理 / daiki etou
撮影 / スタイリング 構成 / nishi mishi



作り方

豚バラブロックにまぶしぬかをまぶしつける。

ラップで空気はいらぬようピッタリ巻き、冷蔵庫で1〜2日間漬け込む。

7 m程度の厚みにスライスし皿に並べ、かるくラップをして*電子レンジ(500w)で4分間加熱する。

*機種によって多少加熱状態が異なる場合があります。

材料

豚バラ肉ブロック 300g
まぶしぬか 1袋(25g)

風味と旨味を凝縮したあっさり食べられる豚肉料理。
シンプルにそのままかコチュジャンをつけてもおいしい。



MABUSHINUKA

玄米の恵み！食べる米ぬか調味料