



豚肉の旨味で野菜もおいしくいただけるメニューです!

材料

豚バラ肉(塊) 500g
塩 少々
にんにく 1片
グロコリー 1/2株
まいたけ 100g
れんこん 150g
にんじん 1/3本

オリーブ油 大さじ1/2

(A)

酢 50ml
しょうゆ 大さじ2
砂糖 大さじ1
バター 10g

作り方

- ① 豚バラ肉は1cmの厚さに切って塩をふり、にんにくはスライスする。
- ② 野菜は大きめの一口大に切る。れんこんは、酢水に浸けて灰汁抜きする。
- ③ グッチオーブンにオリーブ油を敷き、①を並べて上に②をのせてさらにAを加えて蓋をする。
- ④ グリルのグッチオーブンキーを選択し20分加熱、そのままグリル内に20分おく。