

スチーム野菜と豚の柚子しょうゆ

🕒 調理時間: 10分

1人分のカロリー<256Kcal>

🌿 材料 (2人分)



豚モモスライス	160g
豆もやし	1パック
玉ねぎ	1/2個
酒	50cc
柚子の皮	少々
万能ねぎ	2~3本
【A】	
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ2
柚子(絞り汁)	大さじ1

🌿 作り方

1. 豆もやしは根の部分を切りとり洗う。玉ねぎは薄切りにし、万能ねぎは斜め薄切りにする。柚子は皮を細切り、果汁は絞っておく。【A】をボウルに混ぜ合わせておく。
2. 鍋に水滴がついたままの豆もやし、玉ねぎ、1枚ずつ広げた豚モモスライスを入れ、酒50ccを加えフタをして中火にかける。蒸気が上がり、ペーパーシールがかかれば弱火にして加熱する。(約5~6分)
3. 2と【A】を和えて、器に盛りつけ、柚子の皮、万能ねぎを散らす。

🌿 ワンポイントアドバイス

- ◆水の代わりに酒を使うことで、煮汁が調味料になる。