



## Recipe

まいにちの発酵ごはん

# 豚肉の竜田焼き

## Ingredients 材料 /2 人分

豚肉の薄切り肉	200g
(A)	
醤油麹	大さじ 1
みりん	大さじ 1
にんにく麹	小さじ 1
発酵生姜	小さじ 1
片栗粉	大さじ 3
油	適量

## Directions 作り方

- ① ボウルまたはビニールに A の材料を加えてよく揉み込み。冷蔵庫で 30 分～一晩漬ける。
- ② ①に片栗粉を加えて全体にまぶす。
- ③ 油をしいたフライパンに（まだ火はつけない）8 等分に分けて形を整えた②をのせ、弱火～中火で焼き、火が通ったら最後に強火でカリッと焼く。

※そのまま食べても美味しいが、サルサソース やマヨネーズをつけても美味しい。