



撮影料理・メン・リンダ・ケ / kumie ochi
構成 / naoki onishi

トマトの酸味と辛さがおいしい

豚肉のキムチケチャップ



作り方

- ① ポリ袋に一口大の大きさに切った、豚肩ロース肉、すりおろしショウガ、酒、醤油を加え 5 分ほど下味をつける。
- ② ①のポリ袋に片栗粉を加え、全体にまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油 2 cmほどを中火で熱し、②を揚げ焼きにしておく。
- ④ 豚肉に火が通り、カリッと焼き上がったら、一旦取り出し、フライパンの油を軽く拭いておく。
- ⑤ ④のフライパンにキムチケチャップダレの材料を入れ、混ぜながら温める。④の豚肉をもう一度フライパンに戻し、タレを絡める。

* 付け合わせに千切りキャベツを添えても！

材料 (4 人分)

豚肩ロース肉 (とんかつ用など) 400 g
すりおろしショウガ 大さじ 1
酒、醤油 各大さじ 1

片栗粉 大さじ 4~5
サラダ油 適量

<キムチケチャップダレ>

ケチャップ 大さじ 4
キムチの素 大さじ 2
酒 大さじ 2
砂糖 大さじ 1
酢 大さじ 1

