



# 春キャベツと 豚肉の酒蒸し

軽い食感とみずみずしさ～春キャベツレシピ①

## 春キャベツと豚肉の酒蒸し

### 材 料 (2人分)

春キャベツ…………… 小1/4個  
豚バラ肉 …………… 160g  
にんじん…………… 適量  
★だしパック(中身)… 小さじ1/4  
※まるものだしパック使用  
★酒…………… 大さじ2  
★水…………… 大さじ3  
ポン酢…………… お好みで

- ① 春キャベツ・豚バラ肉は食べやすい大きさに、にんじんはスライサーでスライスして細めに切る。
- ② フライパンにキャベツを敷きつめて豚バラ肉をのせて、キャベツ・豚バラ肉と重ねて、最後ににんじんのをのせる。
- ③ ★をよく混ぜ合わせてから②に回し入れ、フタをして中火で5～6分蒸してできあがり♪ お好みでポン酢などをつけて召し上がりください。

### コツ・ポイント

- 豚バラ肉に火が通っていることを確認してください。
- 火力が強いと焦げますので、様子見ながら蒸してください。
- キャベツの軸や芯は底に敷いた方が火が通りやすいです。