

長期休みにおすすめ！お助け簡単レシピ

●主食(ごはん等)にプラス！主菜+副菜

豚肉と野菜の中華蒸し



材料【4人分】

- ・豚肉しゃぶしゃぶ用 … 300 g
 - ・カット野菜 … 2袋(600 g)
 - ・酒 … 小さじ2
- <オイスターソースだれ>
- ・オイスターソース … 大さじ2
 - ・減塩しょうゆ … 大さじ1
 - ・酢 … 大さじ1
 - ・ごま油 … 大さじ1

作り方

1. 耐熱皿にカット野菜をのせ、豚肉を広げてのせる。酒をふり、ふんわりラップをかけて、電子レンジで6分加熱する。
2. 皿にたまった水気をペーパータオルで軽くふき取り、オイスターソースだれの材料を混ぜ合わせてかけたら出来上がり。