

# (株)勤労食×名古屋文理大学×農務課

料理名

豚肉のナシソースがけどんぶり

調理方法

炒める

材料（1人分）

ご飯	200g
豚肩ロース	70～80g
玉ねぎ	中1/4個
梨	1/4個
油	大さじ1

【調味料A】

酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ1
塩・コショウ	少々

作り方

- ①玉ねぎは一口大に切り、豚肩ロースは5cm幅の薄切りにする。
- ②熱したフライパンに油をひき、①を炒め、調味料Aを絡める。
- ③梨は種を取り皮をむき、ご飯をよそう直前にすりおろす。
- ④丼にご飯をよそい、②を盛り、③をかけて完成。

ポイント

変色しやすい梨は、食べる直前にすりおろしましょう！

