

豚とキムチのとんぺい焼き

材料(1人前)

豚バラ肉……40g
塩コショウ……少々
キムチ……30g
もやし……30g
たまご……1個
粉チーズ……適量
サラダ油……適量
お好み焼きソース……適量
マヨネーズ……適量
青のり……適量
かつお節……適量



作り方

- ・フライパンにサラダ油をひき中火で熱し、豚肉に塩コショウをまぶし炒める
- ・豚肉に火が通ったら、もやしとキムチを加え軽く火を通し、一度お皿にあげる……A
- ・たまごに粉チーズを入れよく混ぜる……B
- ・フライパンにサラダ油をひき中火で熱し、Bを入れ、半分程火が通ったら真ん中にAを置く
- ・BでAを包む
- ・両面を30秒程焼く
- ・皿にあげ、お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、かつお節をかけて完成

