

6/26

ごまだれ豚しゃぶ

豆腐ステーキ・みそ汁

消費期限 6/28(水)

調理時間

約 **35** 分

作り方

下ごしらえ

⑦ 水菜…さく切り
玉葱…薄切り→塩もみして水にさらす→水
気を絞る
ミニトマト…くし形切り

① 湯に酒少々を加え、食べやすく切った豚肉をゆでて冷ます。

② ア、①を盛り、ドレッシングをかける。

下ごしらえ

電子レンジで簡単水切り
耐熱器の上に乾いたキッチンペーパー等を敷き、豆腐を重ねられないように並べます。
1パックで約2分～2分30秒(500W)