

liyama ライス バーガー

材料 [1人分]

坂井芋……………2個	A	しょうゆ…大さじ2	ご飯……………1合	
みゆきポーク…200g		酒……………大さじ2	B	ごま油……………少量
塩、こしょう…適量		みりん…大さじ2		めんつゆ…少量
片栗粉……………適量		砂糖……………大さじ2		キャベツ(千切り)…適量

つくり方

①坂井芋の皮をむき、いちよう切りにする。豚肉は食べやすい大きさに切る。坂井芋、豚肉に塩、こしょう、片栗粉をまぶす。

②Aを混ぜ合わせる。

③フライパンを熱し①を炒める。熱が通ったら②を絡める。

〈ライスバーガー〉

①温かいご飯にBを混ぜ、2等分にして、やや潰しながら丸く成形する。

②フライパンを火にかけ、分量外のごま油を薄くしき、焦げ目がつくまで両面焼く。

③ご飯の上にキャベツをしき、具をのせてはさみ、完成。

坂井芋

