

ハニージンジャーポーク

はちみつの甘い香りとしょうが風味が食欲をそそる一品



材料 (4人分)

豚のヒレ肉	……	500g
塩 こしょう	……	少々
なたね油	……	大さじ2
玉ねぎ	……	1/2個
しょうが	……	1かけ
にんにく	……	1かけ
パセリ	……	少々
<ソース>		
しょうゆ	……	大さじ1
はちみつ	……	大さじ2
白ワイン	……	大さじ4
片栗粉	……	小さじ1

作り方

- 1 豚肉は1cmくらいの厚さに切り、塩、こしょうで下味をつける。
- 2 玉ねぎ、しょうが、にんにく、パセリはみじん切りにする。
- 3 フライパンになたね油を熱し、玉ねぎ、にんにく、しょうがを入れて薄く色づくまで炒める。
- 4 3 豚肉を入れ、玉ねぎを絡めて焼き色をつける。
- 5 しょうゆ、はちみつ、白ワイン、片栗粉をボウルに入れて混ぜてソースを作る。
- 6 4 に 5 を加え、3分程度熱する。
- 7 皿に豚肉を盛り付け、ソースをかけ、パセリを飾る。