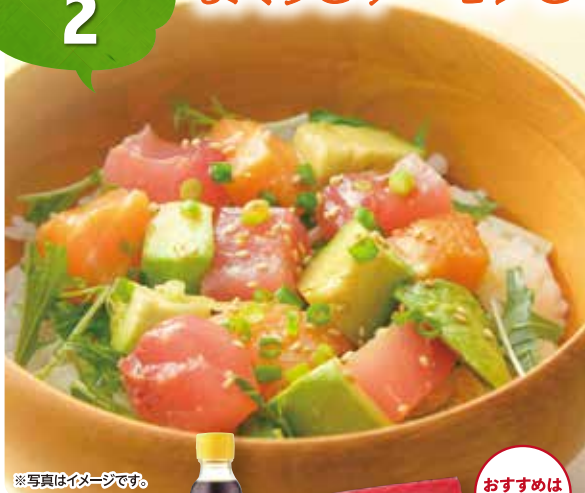


お酢レシピ

2

まぐろとサーモンとアボカドのぽんぽき丼



※写真はイメージです。

かんきつ果汁・醸造酢・しょうゆが一つになった、他では味わえない絶妙な風味の調味料です。

(ミツカン)
味ぽん 360ml



おすすめはコレ!

※写真はイメージです。
めばちまぐろ(赤身)

材料(2人分)

- ・まぐろ(刺身用)…100g
- ・サーモン(刺身用)…1/2さく
- ・アボカド…1/2個
- ・たまねぎ…1/6個
- ・**ミツカン 味ぽん**…大さじ5
- ・ごま油…小さじ2
- ・砂糖…小さじ1
- ・ご飯…丼2杯
- ・水菜…1株
- ・いりごま(白)…小さじ1
- ・万能ねぎ(小口切り)…適量

作り方

- ①まぐろ、サーモン、アボカドは1.5cm角に切る。たまねぎは薄切りにする。
- ②ボウルに①、「味ぽん」、ごま油、砂糖を入れ、全体をなじませる。
- ③器にご飯、3cmの長さにした水菜、②を盛る。いりごま、小口切りした万能ねぎを散らし、②の汁を全体にかける。

お酢レシピ

3

黒酢酢豚



※写真はイメージです。

国産玄米だけを豊富に使用した毎日続けられる黒酢です。(ミツカン)
純玄米黒酢 500ml



おすすめはコレ!

カナダ産 麦育ち豚肩ロースブロック
※写真はイメージです。

材料(2人分)

- ・豚肩ロース肉…200g(とんかつ用)
- ・たまねぎ…1/4個
- ・ピーマン…2個
- ・赤パプリカ…1/4個
- ・黄パプリカ…1/4個
- ・片栗粉…適量
- ・ごま油…大さじ2

〈調味料〉

- ・**ミツカン 純玄米黒酢**…大さじ2
- ・砂糖…大さじ2 ・しょうゆ…大さじ1

作り方

- ①豚肉は大きめの一口大に切り、片栗粉を薄く全体にまぶす。たまねぎはくし形、ピーマンとパプリカは乱切りにし、〈調味料〉を混ぜ合わせる。
- ②フライパンにごま油を熱し、豚肉を両面こんがりとするまで焼く。たまねぎ、ピーマン、パプリカを加え炒め、全体に油が回ったら、〈調味料〉を加えて、強火で一気に水分を飛ばすように煮詰め、とろみがついたら器に盛る。

※焦詰めの際、最後の方は焦げやすくなるのでご注意ください。