



# 博多じょうもんさん 今月のおすすすめレシピ



## 里芋の豚肉巻き



新米に合う!

(材料) 4人分

里芋: 4個(250g)  
 豚肉(豚バラ又は豚こま): 150g  
 片栗粉: お好みの量  
 塩こしょう: 少々  
 大根おろし: お好みの量  
 ポン酢: お好みの量  
 青ネギ: お好みの量  
 サラダ油: 大さじ1



### (作り方)

1. 里芋は皮がついたままよく洗い、水から鍋で茹でる。  
竹串がスーッと刺せる固さまで茹で上がったたら、皮をむく。
2. 粗熱をとり、大きさによって小さめは2等分、大きめは4等分くらいにくし形に切る。
3. 豚肉を巻きやすいように広げて、塩こしょうして片栗粉を茶こしなどで全体にふるい、2の里芋を巻く。
4. 温めたフライパンにサラダ油をしき、巻き終わりを下にして焼く。脂が出ればペーパーなどで拭き取る。
5. お皿に盛り、大根おろしと青ネギをのせてポン酢をかけていただく。

## えのきと卵の生姜スープ



新米に合う!

(材料) 4人分

えのき茸: 1袋(200g)

生姜: 1かけ

卵: 1個

水: 1リットル

中華スープの素: 大さじ2

塩こしょう: 少々

水溶き片栗粉



### (作り方)

1. えのき茸は石づきを取り、食べやすい大きさに切り、生姜は千切りにする。
2. 水を沸騰させた鍋にえのき茸と生姜を入れる。
3. 中華スープの素を入れ溶けたら、溶き卵をまわし入れ塩こしょうで味を調える。  
水溶き片栗粉を入れてとろみをつけたら出来上がり。

※お好みで玉ねぎ、ワカメ、青ネギを入れても美味しい! 生姜はお好みの量入れてOK!