

香川県産「璃の香」レシピ

暑い日にもぴったり！

璃の香の ネギ塩豚バラ丼

材料 (2人分)

- ・豚バラ肉…200～250g
- ・長ネギ…1本
- ・塩コショウ…適量
- ・ごはん…2人分



○タレ

- ・☆塩…小さじ1/3
- ・☆酒…大さじ1
- ・☆鶏ガラ…小さじ1
- ・☆ごま油…大さじ2
- ・☆にんにくチューブ…3cm
- ・璃の香の果汁…1個分



- ・長ネギ…1本
- ・☆の調味料

- ①長ネギをみじん切りにする。
- ②☆を全部混ぜ合わせ①を入れる。

- ・璃の香の果汁

- ③「璃の香」1個分の果汁を②に入れる。

※レモン絞り器を使うとたくさん果汁が出ます。
※果汁を沢山入れてください！



- ・豚バラ
- ・塩コショウ

- ④豚肉を食べやすい大きさにしたらフライパンに入れる。塩コショウをしてこんがり焼き色がつくまで炒める。

- ⑤余分な油を拭き取り②を入れて軽く炒めながら絡めて完成🌟

レシピ作成 : さめき讃はなやか大使 藤井 大使
発行 : かがわ農産物流通消費推進協議会