

もも肉のホイル包み焼き



ingredients (4人分)

- | | |
|-------------------|------------------|
| ・ もも肉(ブロック) | 320g(無薬育ちのあんしん豚) |
| ・ ハモンセラーノ(又はベーコン) | 4枚 |
| ・ しめじ・まいたけ | 各1パック |
| ・ トマト | 1個 |
| ・ スライスチーズ | 4枚 |
| ・ バター | 適量 |
| ・ 白ワイン | 大さじ1 |
| ・ 塩、こしょう、小麦粉 | 各適量 |
| ・ アルミホイル | 4枚 |

recipe

1. もも肉は8mmの厚さに切り、両面に塩、こしょうをし、小麦粉をまぶしバターで炒めて焼き色をつけておく。ハモンセラーノもカリカリになるまで炒める。
2. しめじとまいたけはハモンセラーノから出た油で炒め、軽くこしょうをし、白ワインをふりかける。
3. トマトは湯むきをし、5mmの輪切りにしておく。
4. アルミホイルにバターを塗って、1の肉とハモンセラーノ、2のしめじとまいたけ、トマト、チーズをのせて包み、200度のオーブンで5分焼き、ホイルごと器にのせる。

Yasuyo Kawasaki