



豚肉のカレー生姜焼

□ 材料	約 4人前
豚ロース	大4枚
※ 生姜・酒	1片・大さじ2
醤油	大さじ2
カレー粉	少々
塩・胡椒	少々
小麦粉	適量
サラダ油	適量



□ 作り方

- 【1】 ※の調味料は合わせておき、ロース肉は塩・胡椒をしておく。
- 【2】 肉に小麦粉をはたき、熱したフライパンに並べ両面を焼く。
- 【3】 【2】の火が通ったら、※の調味料を回しかける。。
- 【4】 肉にたれが絡んだら出来上がりです。

