

ステイホームレシピ（肉のおかず）

<とりもも肉>

とりももと新玉ねぎのバターしょう油炒め

～さっぱりしょうが味～

材料 4人分

とりもも肉 1枚

しょうが 1かけ

新玉ねぎ 1個 くし切り

コーン缶 100g

酒 少々

塩

しょうゆ 大さじ1杯弱

バター 10g

作り方

1. とり肉は一口大に切り、すりおろしたしょうがをもみこんでおく。
2. 新玉ねぎは、くし切りに切っておく。
3. フライパンにとり肉を入れ、酒を振り入れ炒め、塩を少々ふる。
4. とり肉に完全に火が通ったら、新玉ねぎ・コーンを加え炒め、しょう油を加える。
5. 最後にバターを加え、余熱でとかす。
- 6.

ステイホームレシピ（肉のおかず）

<とりもも肉>

とりももと新玉ねぎのバターしょう油炒め

～こってりガリバタ味～

材料 4人分

とりもも肉 1枚

にんにく 1かけ

新玉ねぎ 1個 くし切り

コーン缶 100g

酒 少々

塩

しょうゆ 大さじ1杯弱

バター 10g

作り方

7. とり肉は一口大に切り、すりおろしたにんにくをもみこんでおく。
8. 新玉ねぎは、くし切りに切っておく。
9. フライパンにとり肉を入れ、酒を振り入れ炒め、塩を少々ふる。
10. とり肉に完全に火が通ったら、新玉ねぎ・コーンを加え炒め、しょう油を加える。
11. 最後にバターを加え、余熱でとかす。
- 12.