


# 豚肉の おりたたみキンパ



## 材料〈2人分〉

|  |        |
|--|--------|
|  麓山高原豚肩切落し … | 150g   |
| サニーレタス ……………   | 2枚     |
| 大葉 ……………   | 4枚     |
| 海苔 ……………   | 2枚     |
| ご飯 ……………   | 200g   |
| キムチ ……………  | 100g   |
| 卵 ……………  | 1個     |
| スライスチーズ……………   | 2枚     |
| サラダ油 ……………   | 小さじ2   |
| 焼肉のたれ……………   | 適量     |
| A  |        |
| ごま油……………   | 小さじ2   |
| 白ごま……………   | 小さじ1   |
| 塩……………   | 小さじ1/4 |

- ① サニーレタスは食べやすい大きさに切る。
- ② フライパンにサラダ油を薄く引いて熱し、溶き卵を入れ、薄焼き卵を作り、4等分に切る。ご飯にAを混ぜ合わせる。
- ③ フライパンにサラダ油を小さじ1入れて熱し、豚肉を中火で2～3分炒め、お好みの焼肉のたれで味付けする。
- ④ 海苔をラップの上のにのせ、中央下半分にハサミで切り込みを入れ、左下からご飯、左上にチーズ・大葉・キムチ、右上にサニーレタス・③、右下に薄焼き卵をのせ、左下から畳む。
- ⑤ ④を半分に切り、器に盛る。