

みそ

ちよいとし

スパイス

カリカリ豚の黒胡椒ねぎみそ



作っておけば何にでも合わせられるペッパーの刺激がクセになる万能みそ。
きゅうりなどの野菜、厚揚げ、水で伸ばせばみそだれにも！



材料

●黒胡椒ねぎみそ

みそ…120g

砂糖…40g

GABAN® ブラックペッパー荒挽…10g

長ねぎ（みじん切り）…10g

●カリカリ豚（1皿分）

豚ばらブロック肉…150g

塩…少々

サラダ油…10ml

黒胡椒ねぎみそ…30g

ブロッコリースプラウト…適量



レシピ（所要時間：20分）

- ① 黒胡椒ねぎみその材料を混ぜておく。
- ② 豚ばらブロック肉は厚さ1cmに切り、塩をふって30分ほどおく。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②の表面をカリカリになるまで焼く。
- ④ 器に肉を盛りつけ、黒胡椒ねぎ味噌を添え、ブロッコリースプラウトを散らす。