

ザ☆Kultura飯



材料 (6人前)

もち米・酒ブレンド	2合	青トウガラシ	60g
豚バラ肉	200g	ひらたけ	100g
豚耳	100g	しょうゆ	大さじ2
豚レバー	60g	オイスターソース	大さじ1
生姜	20g	ココナッツオイル	大さじ2
ニンニク	20g	温泉卵	1個
タマネギ	100g	パセリ	少々
赤パプリカ	70g	レモン	1/8個
黄パプリカ	70g	レモスコ	適量

※レモスコ：原材料はレモン・唐辛子・酢・塩のみ使用した化学調味料無添加の辛味調味料です。(製造元：ヤマトフーズ株式会社)



作り方

1. ひらたけ・豚耳・パプリカ・青トウガラシは1cm角にカットする。生姜・ニンニクはみじん切りに、タマネギは粗みじん切りに、レモンはくし切りにする。
2. 豚バラ肉は両面を焼き、1cm角にカットする。
3. 豚レバーは湯通ししてから、1cm角にカットする。
4. フライパンにココナッツオイルを大さじ2入れ、まず弱火で生姜とニンニクを炒める。
5. 火が通ったら、タマネギと青トウガラシを入れ炒める。
6. 火が通ったら、パプリカ、豚バラ肉、豚耳、豚レバーを入れて炒める。
7. 火が通ったら、しょうゆ、オイスターソースを入れる。
8. ひらたけを入れたら、火を止め、余熱で味をつけていく。
9. 皿にご飯を盛り、横に8を盛り付ける。
- 10.中央に温泉卵を乗せて、パセリを振りかける。
- 11.レモンを添えたら完成。
- 12.お好みでレモスコをかける。