

とみつ金時の ふくいポーク巻き

ふくいポークの旨み、とみつ金時の甘みがよく合う一品。
お弁当のおかずにも最適です。



ふくいポーク



乳酸菌を配合した餌で健康的に育ち、臭みが少なく旨みたっぷりジューシーな豚肉です。

とみつ金時



産地である富津（とみつ）の名を冠した「とみつ金時」は、福井県が誇るサツマイモのブランド。「キュアリング貯蔵」という保存法によって甘さが増し、長期保存ができるので1年を通して味わえます。焼き芋をはじめ料理やスイーツも人気です。

材料(6個分)

ふくいポークうす切り肉	6枚	
とみつ金時	10cm	
はんぺん	3枚	
サラダ油（炒め用）	適量	
材料A	しょう油	大さじ1
	みりん	大さじ1
	酒	大さじ1

作り方

1. とみつ金時は7～8mmの棒切りにして水にさらす。
鍋に水ととみつ金時を入れ沸騰後約2分茹でる。
はんぺんは細切りにする。
2. ふくいポークうす切り肉にはんぺんととみつ金時をのせ、手前から巻いていく。
3. フライパンを熱して、サラダ油をしいて、巻き終わりを下にして焼く。
4. ころがしながら、焼き色がつくまで焼く。
最後に(材料A)を合わせた たれを回しかけて、全体をからめる。



豚肉の巻き終わりから焼くと、お肉と具材が離れずきれいに仕上がります。