



豚肉とトマトの スチームイタリアン

加熱時間の
目安
約10分

材料(4人分)

- 豚ロースしゃぶしゃぶ用肉……180g
- にんにく(みじん切り)………1片
- 白ワイン………大さじ1
- ④ドライパルメザン………小さじ1
- しょうゆ………小さじ4
- 塩・あらびき黒こしょう………各少々
- トマト(くし形切り)………400g
- クレソン(長さ5cm)………80g
- 塩・あらびき黒こしょう………各少々

作りかた

- 1 ボウルに④を入れ、もみ込み、下味をつける。
- 2 脚を閉じたグリル皿にトマトをのせ、上に④を広げてのせる。
- 3 ③グリル皿にふたをセットし、ふたの蒸気取入れ口をスチーム噴出口に合わせるようにしてテーブルプレートに置き「蒸し物」→「えびと野菜の白ワイン蒸し」仕上がり調節「弱」で加熱する。
- 4 クレソンを加え混ぜ、塩・あらびき黒こしょうで味をととのえる。
- 5 器に盛り付ける。

