

## グリル調理 丸ごとピーマンの肉巻き



### 作り方

1. ピーマンはへたや種は取らず、火通りをよくするため、手で押しつぶしておく。
2. **1**に8等分した豚肉を巻きつけ、全体に塩、こしょうをする。
3. **2**を平皿の中央にのせ、メニューの「**手動オープン**」「**200℃**」を選び、「**スタート**」ボタンを押し、様子を見ながら約25～30分加熱する。
4. 器に盛り、ポン酢を添える。

### 手動オープン

設定温度の目安  
200℃

使用付属品



平皿

### 材料（8個分）

ピーマン（1個約30g）	8個
豚バラ肉（薄切りを8等分しておく）	200g
塩・こしょう	各少々
ポン酢	適量