

手動

豚肉とキャベツのレンジ蒸し

手動

レンジ

600W
加熱：約6分

使用付属品



テーブルプレート
底面

カロリー

347kcal

塩分

1.1g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-WIA対応レシピです。

材料

2人分

豚バラ薄切り肉

150g

袋入りカット野菜(キャベツミックス)

1袋(220g)

A 酒

大さじ2

A ほんだし®

小さじ山盛り1

小ねぎの小口切り

適量

このレシピに使われている商品



ほんだし

作りかた

1. 豚肉は5cm幅に切る。
2. 耐熱容器にカット野菜、①の豚肉を交互に重ねて入れ、混ぜ合わせたAをふりかける。ラップをかけてレンジ 600W 約6分 加熱する。
3. 器に盛り、小ねぎを散らす。