

# 豊浜はんぺいレシピ

006

## 一口食べたら止まらなくなる一品 はんぺいとアスパラのバターポン肉巻き

材料(2人分：約10本)

- はんぺい(プレーンを使用) 2枚
- アスパラガス 3本
- 豚肉薄切り 100g
- バター 10g
- ポン酢 大さじ1

### 作り方

- ① アスパラガスは根元の硬い部分 3cm くらいを切り落とし、残った茎の根元側の皮をピーラーで薄くむいて4等分に切る。
- ② 豚肉を10枚に切り、アスパラガスとはんぺいを巻く。
- ③ フライパンにバター5gを入れて中火で熱し、(2)の巻き終わりを下にして焼く。
- ④ 裏返して全体の肉の色が変わったらポン酢、バター5gを加えて絡めながら煮詰める。

### ポイント

- プレーンはんぺいとアスパラと合わせて豚肉で巻きました。
- そしてコクさっぱりなバターポン酢で味付け。
- はんぺいの弾力とアスパラのコリコリ、豚肉の柔らかい食感も楽しめます。一口食べたら止まらなくなる一品です。



レシピ提供者

はたらく女子ごはん料理研究家おたわ歩美さま

株式会社  
豊浜水産