

[ブログ ログイン](#)

[Ads by Google

[だしレシピ](#) [レシピ鶏肉](#) [料理レシピ](#)[トップ](#) [プロフィール](#) [フレンド](#) [サークル](#)

M's cooking Recipe 365

00000131

[全て](#)[前菜・サラダ・おつまみ](#)[中華](#)[煮もの](#)[揚げもの](#)

カレンダー

<< 2013年 9月

Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

豚肉の信田巻き

RSS help

 << 作成日時 : 2011/03/08 22:36 >>
[ブログ気持玉 0 /](#) [トラフィックバック 0 /](#) [コメント 0](#)

コメント: 肉だねを油揚げで巻いて煮含めた見栄えのする一品
 上品な味つけで何度も繰り返しつくりたくなる 我が家の
 定番



【材料】

油揚げ 2-3枚(大きめがおすすめ)

豚ひき肉 250g

しいたけ 2枚

れんこん 1/2個

長ネギ 2/3本

しょうが 1片

卵 1個

ブログ テーマ

- ・ [前菜・サラダ・おつまみ](#) (85)
- ・ [中華](#) (48)
- ・ [煮もの](#) (48)
- ・ [揚げもの](#) (36)
- ・ [汁もの・スープ](#) (31)
- ・ [肉料理](#) (29)
- ・ [正月料理](#) (24)
- ・ [ランチ・丼もの・麺類](#) (24)
- ・ [イタリアン](#) (22)
- ・ [魚料理](#) (17)
- ・ [鍋もの](#) (15)
- ・ [おかし・ケーキ](#) (13)
- ・ [ごはん](#) (11)
- ・ [炒めもの](#) (11)
- ・ [韓国・エスニック・地方料理](#) (6)
- ・ [パーティ](#) (4)
- ・ [オーブン料理](#) (4)
- ・ [定番](#) (4)
- ・ [朝食](#) (3)
- ・ [ドレッシング・たれ・ソース](#) (3)

Rakuten.co.jp

<煮汁>

だし汁 2カップ
みりん 大さじ2
酒 大さじ2
砂糖 大さじ1とちょっと
しょうゆ 大さじ2-3(最初2にしておいて後で様子みる)
塩 小さじ1/2

さやいんげん 100g

【作り方】

1. 油揚げは、3方向を切り落とし、破れないように開く
野菜類はすべてみじん切り
2. 豚ひきに昆布だし(液体)、酒を大さじ2ずつ入れ下味をつけ
みじん切りにした野菜を入れて混ぜる
さらにとき卵を2/3入れて、片栗粉を大さじ1入れる
3. 油揚げを広げ、巻き終わりを5cmぐらい残しておき
それ以外の部分に均一にお肉を広げる

まきははじめはしっかりと中に入れ込み、そのままクルクルと
油揚げをまいていく。
4. 残りのとき卵 1/3個と片栗粉大さじ2を混ぜてのりを作り
巻き終わりの部分につけてしっかりと止める
バットの上に巻き終わりの部分を下にしてしておく
5. フライパンに油をしき、巻き終わりの部分と 再度から先に焼く
(のりを両サイドのお肉の部分につけておくとお肉がでない)
6. 煮汁を煮立ててその中に、油揚げに巻いたお肉を並べていれ
アクを取り除きながら中火で15分煮含める
7. さやいんげんは、塩少々を加えた熱湯でさっとゆで
6の中に入れて味を含める
8. 信田巻きを食べやすく切り分けて器にもり、インゲンを添えたら
できあがり



クリスマス・いい夫婦
の日にも◎楽天156
週1位！花束…

メッセージ



メッセージを送る

このブログを携帯で読
む



携帯にメールを送る

サイト内検索

検索

☒ サイト内 ☐
ウェブ