

< # 029 あんしん豚を使ったレシピ >

## もも肉のホイル包み焼き



### ingredients (4人分)

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| ・ もも肉 (ブロック)       | 320 g (無薬育ちのあんしん豚) |
| ・ ハモンセラーノ (又はベーコン) | 4枚                 |
| ・ しめじ・まいたけ         | 各1パック              |
| ・ トマト              | 1個                 |
| ・ スライスチーズ          | 4枚                 |
| ・ バター              | 適量                 |
| ・ 白ワイン             | 大さじ1               |
| ・ 塩、こしょう、小麦粉       | 各適量                |
| ・ アルミホイル           | 4枚                 |

### recipe

1. もも肉は8mmの厚さに切り、両面に塩、こしょうをし、小麦粉をまぶしバターで炒めて焼き色をつけておく。ハモンセラーノもカリカリになるまで炒める。
2. しめじとまいたけはハモンセラーノから出た油で炒め、軽くこしょうをし、白ワインをふりかける。
3. トマトは湯むきをし、5mmの輪切りにしておく。
4. アルミホイルにバターを塗って、1の肉とハモンセラーノ、2のしめじとまいたけトマト、チーズをのせて包み、200 のオーブンで5分焼き、ホイルごと器にのせる。

Yasuyo Kawasaki

提供 / 岐阜ファーストフード株式会社 ホームページ <http://www.gifu-ffd.com/>