スパイスポークの串焼き



調理時間	20分
カロリー	1491kcal

材料	(2～4人分)
豚肉（バラ・ブロック）	300g
(A)	
にんにく（すりおろす）	1片
オリーブオイル	大さじ2
白ワインビネガー	大さじ2
塩	小さじ1/2
パプリカパウダー	小さじ1
クミンパウダー	2ふり
パプリカ（赤・黄）	各1/4個
ズッキーニ	1/2個

作り方

1. 豚肉は食べやすい大きさにカットする。(A)を混ぜ、豚肉と一緒にジップロックなどに入れ、一晩漬け込む。
2. パプリカ、ズッキーニはひと口大にカットし、1の豚肉と交互になるように串に刺す。
3. ココットに並べてふたをし、「ココット・タイマー設定15分」にセットし、加熱する。

大きなお肉をスパイスでマリネし、串に刺して焼いた豪快メニュー。お家でバーベキュー気分を楽しめます。