アスパラのコチュジャン豚バラ巻き



調理時間 20分

材料 (6本分)

グリーンアスパラガス	6本
豚バラ薄切り肉	6枚
「CookDo® Korea」コチュジャン	大さじ2
塩	少々
こしょう	少々

作り方

1. アスパラは固い部分を切り落とし、根元の皮をそぐ。
2. 豚肉に軽く塩、こしょうをし、コチュジャンを薄く塗る。
3. コチュジャンを塗った面を内側にして、アスパラにしっかり巻きつける。巻き目を下にしてココットに並べ、蓋をしてグリルに入れる。
4. 「ココット･タイマー設定12分」にセットして加熱する。

ココットで焼くと、豚肉の脂が適度に落ちてヘルシー。カリッと香ばしい焼き色もつきます。

AJINOMOTO CO. × Rinnaiコラボレシピ コチュジャンの辛みが野菜の甘みを引き立てます。

監修 AJINOMOTO CO.