

## 【ズッキーニ丼】



### (材料)

- |        |          |
|--------|----------|
| ・ズッキーニ | ・金ゴマ     |
| ・豚ロース  | ・塩コショウ   |
| ・大葉    | ・生姜焼きのタレ |

### (作り方)

1. ズッキーニを水洗いして、水分を拭き取ります。
2. へたと先を切り落とします。
3. 縦1/4にカットします。
4. 豚肉（ロースしゃぶしゃぶ用）とズッキーニに塩コショウで下味をつけます。
5. 豚肉をらせん状に巻きつけます。（脂の部分を内側になるように巻く）
6. フライパンで肉に火が通るまで焼きます。（途中で生姜焼きのタレをいれる）
7. 焼き上がったものを二つにカットします。
8. ズッキーニを5ミリ四方のさいの目にカットし、生姜焼きのタレで炒めます。（ズッキーニの水分が出る程度）
9. ご飯の上に8の具をかけます。
10. その上に7のをのせます。金ゴマと大葉を千切りにしたものを適量ふりかければ完成です。