



おいしく・健康的に 食べよう  
**Kitchen Smile**  
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



## 当社自慢の品「焼豚通り」を使った 2種の焼豚通りロール



一人あたりのエネルギー <b>411kcal</b>	食塩相当量 <b>2.0g</b>	調理時間 <b>約20分</b>
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

当社自慢の品 焼豚通り……………1パック  
あたたかいご飯……………300g  
グリーンアスパラガス……………2本  
焼きのり……………1枚  
酢……………大さじ1/2  
砂糖……………大さじ1/2  
A 塩……………小さじ1/4  
当社自慢の品 焼豚通り 付属のタレ……………1パック  
マヨネーズ……………大さじ1  
炒りごま(白)……………小さじ1  
大葉……………4枚  
塩……………少々

### ■作り方

- ①あたたかいご飯に混ぜ合わせたAを加え、良く混ぜ合わせて粗熱をとる
- ②アスパラガスを長さ半分に切り、塩を加えた熱湯(分量外)で色良くなるまでさっと下茹でする
- ③ラップを30cm程度引き出して広げ、上に①の半量を15cm四方に広げる
- ④③の上に焼豚を手前に詰めて置き、その上に②の1本分を置き、マヨネーズをかけて手前から巻く
- ⑤④の表面にごまをふる
- ⑥ラップを30cm程度引き出し、表面を上にして広げ、上のにりを置き①の半量を同様に広げる
- ⑦⑥の上に焼豚、アスパラ、マヨネーズの順にのせて手前から巻く
- ⑧⑥⑦を食べやすい大きさに切って皿に盛り、大葉を添える

cooking memo