



豚肉のみそマヨ ガーリック焼き

【作り方】

- ① たまねぎはうす切り、じゃがいもは1cm厚さのいちよう切りにする。
- ② 豚肉に塩・こしょうをする。
- ③ ①と塩・こしょう以外の調味料を混ぜ合わせる。
(すりおろしにんにくは好みに調整する)
- ④ 耐熱皿に豚肉を敷いて、その上に③をのせる。
- ⑤ オーブンを200℃にあたため、④を入れて15分～20分焼く。(表面が焦げるようならアルミホイルをかぶせる)

【材料】(4人分)

豚肉(ロース) 200g
たまねぎ 中1/4個
じゃがいも 中2個
すりおろしにんにく 少々
赤みそ 25g
マヨネーズ 25g
砂糖 小さじ2
料理酒 小さじ1
みりん 大さじ1
塩・こしょう 適量