







# ちょっと お料理


さんべい 輝枝ニュース 26号 掲載

 **豚肉と大葉の春巻き**   
( 浪花町在住 市川 歌子さん )

今、大葉が、旬で出回っています。青物を沢山食べて、夏バテ防止にもなるお料理です。

××××× **材 料** ×××××

 豚しゃぶ用肉 300g~500g  キュウリ 2本  長ネギ 1/2本  生姜 少々

 大葉 生春巻きの皮 1袋 カニかまぼこ 1袋

××××× **調味料 A** ×××××



豆板醤



コチジャン



**作り方**



1. **豚肉**は、長ネギの青い所を10等位 2本とショウガ1かけを入れて、あくをとりながら10分位中火でゆでる。
2. **生春巻きの皮**を水で戻したら、平皿に乗せて、この上に**大葉**を左右に2枚乗せて、**豚肉・キュウリ・長ネギ**の千切り、**かにかまぼこ**等に乗せて、手前から固めに巻いて2等分せ切って皿に盛ります。
3. 丸はお子様用に、**焼肉のタレ**で  
大人用には、**コチジャン**又は、**トウバンジャン**等で召し上がってください。

**もてる**