

\ Let's cook! /

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：4人分

- 豚ロース肉：4切れ
- ベーコン：8枚
- アスパラガス：8本
- にんじん：1本
- 塩：適量
- 黒胡椒：適量
- オリーブオイル：大さじ1

作り方

1. アスパラガスとにんじんは茹でてから、長さを半分に切る。
2. 豚ロース肉に塩と黒胡椒を振り、アスパラガスとにんじんを置き、ベーコンで巻く。
3. フライパンにオリーブオイルを熱し、肉巻きを全体がきつね色になるまで焼く。