

豚丼アレンジ



トマトチーズ豚丼

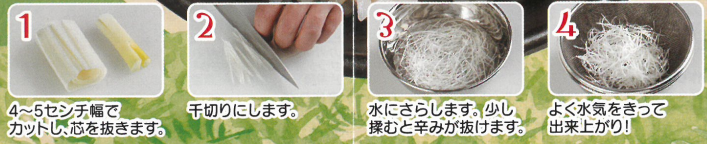
キャベツ豚丼

サラダ豚丼

なっぺり焼き野菜豚丼



トッピングにおすすめ！ 白髪ネギの切り方



1 4~5センチ幅でカットし、芯を抜きます。

2 千切りにします。

3 水にさらします。少し揉むと辛みが抜けます。

4 よく水気をきって出来上がり！

豚丼基本の作り方

材料 □ご飯/適量 □豚肉/100g □十勝豚丼のたれ/35~40g(大さじ約2杯)



1 豚肉の筋切りをします。筋は脂身と赤身の間にあります。

2 フライパンに油をひき、豚肉を焼きます。脂身のまわりが透明になったら、ひっくり返す合図！

3 8割くらい焼いたら、豚肉を一度取り出します。

4 そのままフライパンに「十勝豚丼のたれ」を入れ煮詰めます。

5 3の豚肉をフライパンに戻し、たれを絡めます。

6 豚肉に照りが出たらごはんの上に盛り付けます。フライパンに残ったたれを回しかけ出来上がり！

ここがポイント！ 煮詰めることでよりたれが絡むようになります！

北海道のたれ屋 **ソラチ** レシピブック

十勝豚丼のたれ

代用レシピはこちら

SORACHI OFFICIAL SITE

ルーローハン



ワセになる、台湾の代表的な具のせご飯。

炊き込みご飯



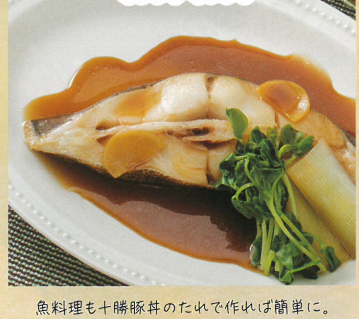
好みのキノコだけでも美味しくできるよ！

きんぴらごぼう



ごぼうの代わりに「じゃがいも」で作っても美味しいよ！

煮魚



魚料理も十勝豚丼のたれで作れば簡単に。

酢豚



十勝豚丼のたれに酢を加えるだけで本格酢豚に。

さつまいもと鶏肉の甘辛煮



お弁当にもぴったり♪

●材料(2人分)
豚バラブロック.....200g
玉葱.....1/4個
薄力粉.....大さじ1
サラダ油.....大さじ1
A 十勝豚丼のたれ.....大さじ3
B 水.....250ml

●作り方
① 豚肉は1~2cm角に切り、玉葱は薄切りにし、薄力粉をまぶす。
② 鍋に油を熱して豚肉を炒め、焼き色がついたら玉葱と八角を入れて炒める。
③ Aを加えて弱火で20分ほど煮込み、ご飯にのせる。
※ゆで卵や高菜の漬物を盛りつけるとより本格的に！

●材料(2~3人分)
鶏もも小切り.....150g
えのき(3等分に切る).....1/2袋
まいたけ(食べやすい大きさに切る).....100g
椎茸スライス.....2つ分
A 十勝豚丼のたれ.....大さじ5
B 米.....2合
C 水.....大さじ2
D しょうゆ.....適量
E 刻んだ小葱.....適量
F サラダ油.....大さじ1

●作り方
① フライパンにサラダ油を熱して、鶏肉を炒める。
② 全体的に色が変わってきたらきのこ類を入れる。
③ しんなりしてきたら、豚丼のたれを入れ、弱火で一氣立するまで煮詰める。
④ 米を釜に入れ、Cを米の上に混ぜずにとませ、2合の量の水を注ぐ。
⑤ 炊き上がりに小葱を散らす。

●材料(2~3人分)
ごぼう千切り.....150g
人参千切り.....30g
ごま.....適量
輪切り唐辛子.....適量
サラダ油.....大さじ1
A 十勝豚丼のたれ.....大さじ3
B 水.....大さじ3

●作り方
① フライパンにサラダ油を熱して、ごぼう・人参を炒める。
② 人参がしんなりしてきたら、Aと輪切りの唐辛子を入れる。
③ 汁気がなくなるまで炒めたらごまを加える。

●材料(2人分)
カレー.....2切れ
長ネギ.....1本
豆苗.....1/2パック
A 十勝豚丼のたれ.....100ml
B 酒.....大さじ2
C 水.....200ml
D ショウガ(薄切り).....10g

●作り方
① 長ネギは5cmの長さに切る。豆苗は根元を切り落とす。
② 鍋にBを煮立て、カレー、長ネギを入れ、落とし蓋をして煮る。
③ 弱火で20~30分ほど煮込んで、豆苗を加えてサッと煮る。
※一旦冷ますと味がより馴染みます。

●材料(2人分)
豚肉(角切り、新豚用).....150g
タマネギ、パプリカ.....各1/4個
ピーマン.....2個
カットパイナップル.....6切れ
サラダ油.....大さじ1
片栗粉.....適量
A 十勝豚丼のたれ.....大さじ3
B 水.....大さじ3
C 酢.....大さじ1
D 片栗粉.....小さじ1
E 水.....大さじ1

●作り方
① 野菜は2cm角に切る。豚肉は片栗粉をまぶす。
② フライパンにサラダ油を熱して、豚肉を焼き、野菜も炒める。
③ Aを加えて煮立て、Dを加え、Eでとろみをつける。

●材料(2~3人前)
さつまいも(乱切り).....1本(約250g)
鶏もも肉(一口大).....1枚(約300g)
片栗粉.....小さじ1
サラダ油.....小さじ2
十勝豚丼のたれ.....大さじ2
黒ごま.....適量

●作り方
① さつまいもを5分ほど水にさらして水気を切り、耐熱皿に移して竹串が通るまで電子レンジで加熱する(目安:600wで5分)
② 鶏肉を袋に入れ、塩コショウで軽く下味を付けてもみ込み、片栗粉をまぶす。
③ フライパンにサラダ油を熱して、鶏肉を鶏皮から焼く。
④ 両面に焼き色が付いたら、さつまいもと豚丼のたれを加え、全体によく絡ませて黒ごまを振る。