



せりの肉巻き

【材料／4人分】

せり・・・・・・・・・・ 1束(100g)
豚肉・・・・・・・・・・ 200g
塩・コショウ・・・・・・・・ 少々
揚げ油・・・・・・・・・・ 適量

お弁当にもピッタリ♪
お子様も食べやすい
メニューです！

【作り方】

- ① せりはよく洗い、根っこを切り落とし、半分の長さに切る。
- ② 豚肉をせりの長さに合わせて広げ、塩・コショウで下味をつける。生のままのせりを豚肉の上に乗せて巻く。



- ③ 熱したフライパンに油を薄く敷き、巻き終わりを下にして焼く。全体に焼き色がついたら、塩・コショウで味を調整する。

JA名取岩沼