

人気の中華料理を、ブロッコリーでアレンジ!

ブロッコリーとレタスの回鍋肉



レシピ提供：JA全農長野

🕒 調理時間：15分

詳しい
作り方は
こちら▶



主材料 (2人分)

- ブロッコリー …… ½ 株
- レタス …… ¼ 個
- 豚ロース肉 (薄切り) 150g
- 焼き肉のタレ (辛口)
……………大さじ2
- いり白ごま …… 適量

その他のブロッコリーメニューも紹介しています。/

知ろう! 食べよう!
ブロッコリー大好き!

www.sakataseed.co.jp/special/broccoli/

