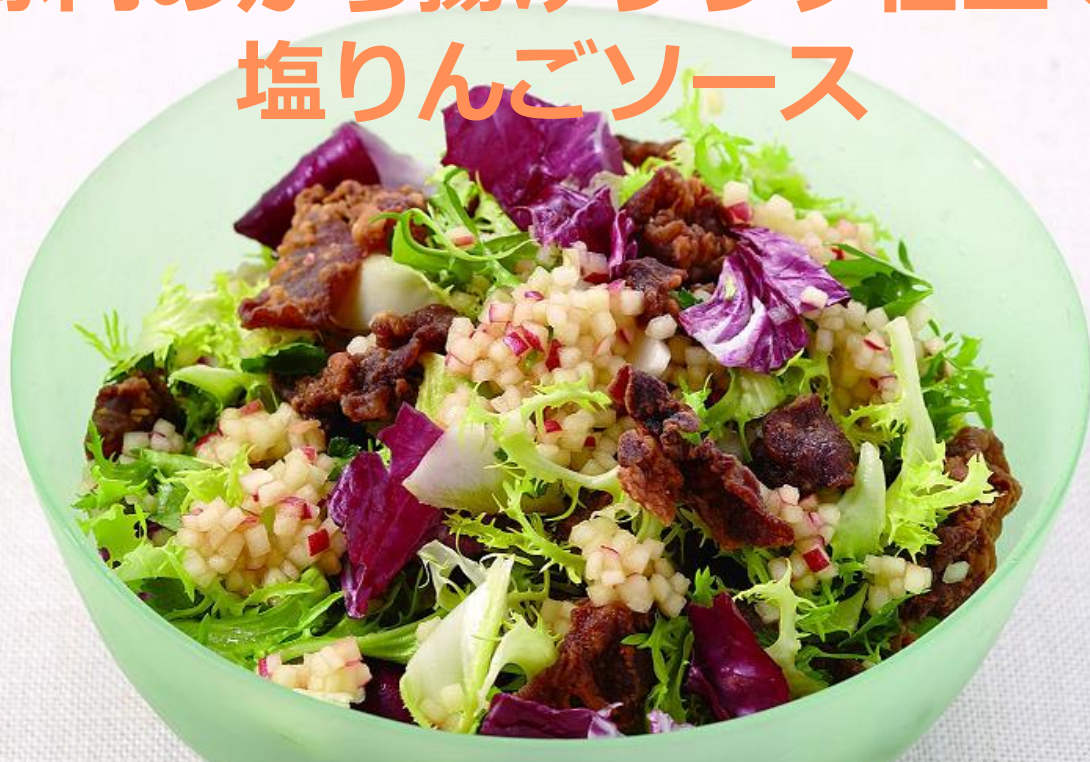


GABAN®

豚肉のから揚げサラダ仕立て 塩りんごソース



お肉も入ってボリュームたっぷりのサラダ。
シナモン香るりんごソースは、ノンオイルでさっぱりいただけます！

🍷 材料（4人分）

● 塩りんごソース

りんご(皮・芯を除く)…200g

塩…8g

GABAN® ジンジャーパウダー…0.5g

GABAN® シナモンパウダー…0.1g

はちみつ…20g

豚肩ロース薄切り肉…150g

酒…45ml

A しょう油…45ml

GABAN® ジンジャーパウダー…0.3g

強力粉…適量

揚げ油…適量

アンディーブ…50g、トレビス…20g

エンダイブ…60g、イタリアンパセリ…5g

塩りんごソース…80g

🍲 レシピ（所要時間:30分※）

- ① りんごは5mm角に切り、ボウルにソースの材料を加えて混ぜ、密閉容器に移して冷蔵庫で最低ひと晩おく。
- ② 豚肩ロース肉は半分の大きさに切り、Aを加えてもみ込み、冷蔵庫で1時間ほど置く。
- ③ アンディーブは斜め半分に、トレビス、エンダイブは食べやすい大きさにちぎる。
- ④ ③、イタリアンパセリをボウルに入れ水にさらしてパリッとさせ、水気をよく切っておく。
- ⑤ ②の汁気を切り、強力粉をまぶして180℃の揚げ油で豚肉がカリッとするまで揚げる。
- ⑥ ボウルに④、⑤を入れて①を加えてサツと混ぜ、器に盛りつける。

※①、②の味をなじませる時間は含みません。