

# 豚肉のかぼちゃ包み焼き



## 《材料》

豚薄切り肉 2~3枚  
市販のかぼちゃサラダ 大さじ2~3  
塩・コショウ・サラダ油 各少々  
A(ドライパセリ・パン粉 各適量)

## 《下準備》

①豚薄切り肉は広げて塩・コショウをしておく。  
②Aを混ぜ合わせておく。

## 《作り方》

1. ①で市販のかぼちゃサラダを巻く。
2. 1に②をまぶす。
3. フライパンにサラダ油を熱して2を焼いて、焼き色がついたら出来上がり。

## オススメポイント

かぼちゃサラダを豚肉に包んで焼き上げます。  
パセリの風味がアクセントの、見た目も色鮮やかな一品です。  
サラダの味付けをかえたり、具材をかえるとさらに  
バリエーションが広がります。