

QUEEN'S RECIPE from Instagram



パインの酸味と甘みで
絶品ポークステーキ！



〈レシピ使用商品〉
ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD
・エキストラバージンオリーブオイル
・アルゼンチン産百花蜂蜜



焼く前の漬け込みでお肉がさらに柔らかく！

ハワイアンステーキ

材料(2人分)

パインアップル ……1P(約240g)	オリーブオイル ……大さじ1
豚肉(厚切りロース) ……2枚	付け合わせ
塩、こしょう ……少々	ブロッコリー(塩ゆでしたもの)
	……………適宜
A ケチャップ ……50ml	
中濃ソース ……大さじ1	
にんにく(すりおろし) ……小さじ1分	
はちみつ ……小さじ1	

作り方(調理時間:約20分)(漬け込み時間を除く)

- 1 豚肉は筋切りして、塩、こしょうをする。
- 2 パインアップルは、半量を小角に切って①の上を広げてのせて漬けこむ。(40～50分程度)
- 3 フライパンを温めて残りのパインアップルを焼き目がつくまで焼いて取り出す。
- 4 フライパンの汚れをふいて温め、オリーブオイルをしき、②のパインアップルを外し、豚肉のみをのせて焼く。
- 5 両面を焼いたら④で外したパインアップルをフライパンに入れ、Aを混ぜてフライパンに入れて、絡める。
- 6 器に盛り付け、付け合わせを添える。