



トンテキのたれ1L / 大トンテキのたれ200ml・50g

容器種類	容量	入数	賞味期限	保存方法
フィルム	50g	30×7	6ヶ月	常温
ペット	200ml	24	8ヶ月	常温(開封後要冷蔵)
ペット	1ℓ	12	8ヶ月	常温(開封後要冷蔵)

【商品特長】

三重県四日市名物の「大トンテキ」が手軽に出来る調味料です。酸味、甘味、旨味をバランスよくブレンドし、香辛料を加えたベースのたれにすりおろしニンニクを加え、深い味を出しています。

【使用方法】

豚肉に下味(塩、胡椒)をしてフライパンで強火で両面を焼き、蓋をして弱火で蒸し焼きにした後、仕上げにたれを入れてからめてください。

豚肉200g(一人前)に対して約50gのたれを使用してください。



50g

200ml

1ℓ

大トンテキ

《材料》(1人分)

豚肩ロース肉…1枚(約200g)

★トンテキのたれ /

大トンテキのたれ…50g

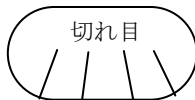
キャベツ…2~3枚(50g)

人参…15g

レモン…1/8個

塩・胡椒…各少々

ラード…15g



《作り方》

1. キャベツと人参はせん切りにする。
2. 豚肉は4箇所(左下図参考)に切れ目を入れてグループ型にする。(左下図参考)片面に塩・胡椒をふる。
3. 熱したフライパンにラードを入れ、2の塩・胡椒をした方から強火で3分程焼く。
4. 裏返してから強火で少し焦げ目がつくくらい(2分)焼く。ラードを少し残して残りはすてる。ふたをして弱火で2分程蒸し焼きにする。たれを入れ、からめる。
5. 1のキャベツと人参を盛り4をのせ、残りの煮汁をかける。レモンを添える。



黒焼き飯

《材料》(1人分)

豚肉…50g

いり卵…50g

刻み葱…30g

玉葱…25g

ご飯…250g

刻み葱(飾り用)…8g

いり胡麻…10g

★トンテキのたれ /

大トンテキのたれ…45g

塩・胡椒…適量

胡麻油…大さじ1

《作り方》

1. 豚肉は食べやすい大きさに、玉葱はみじん切りにする。
2. フライパンに胡麻油を熱し、弱火で玉葱を香りが出るまで炒め、豚肉を加えて強火で炒める。軽く火が通ったら、ご飯、いり卵、刻み葱を加えて塩・胡椒で味を調える。いり胡麻をふり、たれを加えてからめる。
3. 器に盛り、刻み葱を飾る。



スタミナバラ焼き

《材料》(1人分)

豚バラ薄切り肉…100g

玉葱…100g

★トンテキのたれ /

大トンテキのたれ…50g

《作り方》

1. 玉葱は8mm厚さに切る。
2. ボールに豚肉を入れ、たれを加えて揉み込む。
3. 鉄板に1を敷き、2を盛る。

※火にかけてお召し上がりください。

