献立名	豚肉の南部焼き	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
豚肉	45	45
すりごま	0.5	0.5
しょうが	1	0.8
砂糖	1	1
清酒	1	1
本みりん	1	1
こいくちしょうゆ	3	4
ごま油	1	1
植物油	2	2

下処理及び作り方

＜下処理＞

しょうが　すりおろしてしぼる

豚肉　すりごま、こいくちしょうゆ、清酒、本みりん、砂糖、ごま油、しょうが汁を合わせてつけ込む

＜作り方＞

(1)　オーブンに植物油をひき、豚肉を焼く。

※　南部焼とは、ごまの入ったたれに食材をつけ込んで焼いた料理です。
岩手県と青森県にまたがる南部地方が、ごまの産地なので、この名がつけられました。

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正