

リラットキッチンスペシャル版【万能だれ】

いいね! シェアする ポスト

更新日：2023年05月29日

今日の献立にすぐ使える万能だれの紹介！
お肉や魚や野菜、いろんなものにアレンジし放題！



見たい献立の画像をクリックしてね♪



万能だれの作り方



材料

濃口醤油	100ml
酒	100ml
みりん	100ml
砂糖	50g



作り方

鍋に酒・みりんを入れアルコールを飛ばし、砂糖・濃口醤油を入れよく溶かしましょう

ポイント

黄金比 醤油：酒：みりん：砂糖=1：1：1：0.5

どんな料理にも
使えるよ♪



豚のしょうが焼き



材料

豚ロース(薄切り)	200g
玉ねぎ	100g
しょうが	少々
油	適量
万能だれ	60ml
すりごま	少々
塩コショウ	少々



作り方

1. フライパンを温め(中火)油を入れ、軽く塩コショウした豚肉を入れ、両面を焼く
2. 火が通ってきたらスライスした玉ねぎを入れ一緒に火を入れる
3. 万能だれ、スライスしたショウガを一気に入れ絡める。すりごまを入れる。

大人も子ども
パクパクだね☆



ぶりの照り焼き



材料

ぶりの切り身	4切
小麦粉	適量
油	適量
万能だれ	100ml

作り方

1. フライパンを温め(中火)油をいれ、ぶりに軽く小麦粉をまぶしたものをいれ、両面焼く
2. 万能だれを入れ、とろみがつくまで焦げないように火を入れ絡める

※火を入れすぎると硬くなるので注意してね♪

お魚
だいすき♪



ピーマンとエリンギのしらす炒め



材料

ピーマン	5個
エリンギ	2本
しらす	少々
ごま油	少々
万能だれ	45~50g
鰹ぶし	適量

作り方

1. フライパンを温め(中火)油をいれ、縦切りにしたピーマンとエリンギを入れる
2. 火が通ったら万能だれを加え、軽く炒めさらに絡める
3. 鰹ぶしを入れ、軽く混ぜ合わせる

お野菜にも
使えるの！



この記事に関するお問い合わせ先

RELATTO (リラット)

〒572-0043

大阪府寝屋川市錦町8番13号

電話:072-800-3862(土・日曜日、祝日は072-800-3885)

ファックス:072-800-5090

[メールフォームによるお問い合わせ](#)

