

## スパイスポークの串焼き



調理時間 20分  
カロリー 1491kcal

材料 (2~4人分)

|              |        |
|--------------|--------|
| 豚肉 (バラ・ブロック) | 300g   |
| (A)          |        |
| にんにく (すりおろす) | 1片     |
| オリーブオイル      | 大さじ2   |
| 白ワインビネガー     | 大さじ2   |
| 塩            | 小さじ1/2 |
| パプリカパウダー     | 小さじ1   |
| クミンパウダー      | 2ふり    |
| パプリカ (赤・黄)   | 各1/4個  |
| ズッキーニ        | 1/2個   |

### 作り方

- 1 豚肉は食べやすい大きさにカットする。(A)を混ぜ、豚肉と一緒にジップロックなどに入れ、一晚漬け込む。
- 2 パプリカ、ズッキーニはひと口大にカットし、1の豚肉と交互になるように串に刺す。
- 3 ココットに並べてふたをし、「ココット・タイマー設定15分」にセットし、加熱する。

大きなお肉をスパイスでマリネし、串に刺して焼いた豪快メニュー。お家でバーベキュー気分を楽しめます。