

※写真はイメージです。

春らしいほんのりピンク色に仕上げて♪ 梅塩にんにく煮豚

材 料 (4人分)

豚肉肩ロースブロック	約500g	
白ねぎ	1本	
にんにく	1片	
梅干し	2個	
A	酒	大さじ2
	みりん	大さじ2
	砂糖	大さじ1
	塩	小さじ1/2
	水	1カップ

作り方

1. 豚肉肩ロースブロックは両面とも5～6カ所ずつフォークで刺す。白ねぎは長さ5cm、にんにくは2つに切る。
2. 鍋にAを入れ火にかけ、煮立ったら1を加えて蓋をする。再び煮立ったら弱火にしてアクをとり、約10分煮る。上下を返して梅干しと白ねぎを加えてさらに約10分煮る。
3. 3を取り出して食べやすく切る。器に盛り付け、煮汁をかける。