

豚こまごぼうしぐれ煮

材料 (作りやすい分量) 冷凍保存できます

豚こま切れ肉200g ごぼう1本

生姜 20g サラダ油少々

■ 煮汁

しょうゆ大さじ1 めんつゆ(3倍濃縮)大さじ2

みりん 大さじ2 砂糖大さじ2

酒大さじ4 水大さじ4



作り方

1 ごぼうは、流水の下で丸めたラップでこすって泥を落とす。



2 1のごぼうを、ささがきにする。今回は水にさらさないで作りますが、お好みで水にさらして頂いてもいいです。



3 生姜は細切りにする。
豚こま切れ肉は、大きい場合は一口大に切る。



4 フライパンを熱してサラダ油を入れ、2のごぼう・3の生姜と豚こま切れ肉・煮汁の調味料を入れ、ふたをして時々混ぜながら煮る。



5 全体に火が通って味が染みこんだら、火を止める。



6 冷凍する場合は、冷めてから小分けにしてラップで包み、冷凍保存袋に入れて冷凍庫に入れる。



7 冷凍したものを使う場合は、ラップに包んだまま電子レンジで解凍＆温める。

8 ※このレシピでは、黄金しょうがを使いました。使用する生姜の辛さに合わせて、分量を調節して下さい。