

豚ときゅうりのゴマにんにく醤油

材料 (2~3人分)

きゅうり 2本
しゃぶしゃぶ用豚肉(バラ、ロース)100g~150g
ゴマ大匙 1 ラー油適量

■ 調味料

※醤油大匙 2.5
※砂糖大匙 1.5
※酢大匙 1
※ゴマ油大匙 1
※おろしにんにく(チューブ OK)1/2~1片分
※しょうがの絞り汁約大匙 1

■ お好みで白髪ネギなど適量



作り方

-  豚肉は調味料で使うしょうがの皮を入れたお湯で茹でてザルにあげて冷めます(水にとらないでね)
- ボウルに調味料を合わせよく混ぜておきます
- きゅうりを麺棒などで叩いてヒビを入れ食べやすく割いて(2)のボウルに入れます
-  あら熱の取れた豚肉も合わせてよく混ぜ馴染ませます
-  食べる直前にゴマ、ラー油を合わせて盛り付けます お好みで白髪ネギなどどうぞ

コツ・ポイント

※茹でた豚肉は水にとると脂が白くかたまって美味しくないの で必ずザルにあげて冷ましてください

※食べるまで時間をおく場合はきゅうりを塩揉みし 出た水分を絞ってから調味料と和えると味が薄まりません