

黄金焼豚！

材料 (肉 500g 分)

豚肩ロースブロック 500g

■砂糖 100g

■醤油 70g

■酒大さじ 1

■オイスターソース小さじ 2

■にんにく(すりおろし)小さじ 1

■しょうが(すりおろし)小さじ 1

■味噌 小さじ 1



作り方

- 1 ■の調味料を混ぜ合わせて軽く煮詰める。
- 2 1 が冷めたら、肉と一緒にジップロックに入れて、冷蔵庫で1～3日間漬け込む。途中上下をひっくり返しまんべんなく漬け込む。
- 3 焼く1、2時間前に肉を冷蔵庫から取り出し、常温に戻す。残った煮汁は鍋で煮詰めた後漉して、タレにする。

4



天板に網を乗せて、余熱をした 200℃のオーブン中段で約 40 分焼く。途中表面が焦げそうなら上下をひっくり返す。