

アグー豚肉のBBQスペアリブ

【おすすめ部位】
バラ(骨つき)



材料【2人分】

アグー豚肉スペアリブ(ソーキ肉) 5本~6本(400g~600g)

【マリネ液(調味料)】

しょうゆ	大さじ4
ケチャップ	大さじ4
赤ワイン	大さじ2
ハチミツ	大さじ2
ウスターソース	大さじ1
玉ねぎ	1/4個
おろしニンニク	適量
塩、コショウ	適量

【お好みの付け合わせ】

じゃがいも、オクラ、バケットなど 適量

作り方

- 1 スペアリブをフォークで数カ所穴をあける。
調味料を全て混ぜ合わせておく。
- 2 バットに入れた①に、まんべんなく②のマリネ液をかけ、1日漬け込む。
- 3 オープンプレートにアルミホイルを敷き、お肉を置く。
- 4 予熱なしのオープン300度で30分焼く。その間にバットに残ったタレをお鍋に移し、とろりとするまで弱火で煮詰める。
- 5 焼き上がったお肉に、煮詰めたタレをかけて出来上がり。



POINT

フォークで穴をあけ、1日漬け込むことで本格的なスペアリブに大変身!