

アグー豚肉のポッサム



【おすすめ部位】
バラ



材料【2人分】

アグー豚肉バラブロック	400g
にんじん	1/3 本
きゅうり	1/3 本
長ねぎ	1/3 本
長ねぎ(青い部分)	適量
サンチュ(サニーレタス)	適量
キムチ	適量

【味噌だれ】

味噌、コチュジャン	各大さじ2
ごま油	大さじ1/2
酢、すりおろしニンニク、白いりごま	各小さじ1

作り方

- 1 アグー豚バラブロック肉の繊維を断つようにフォークで刺し、全体に塩をまぶし青ねぎの青い部分とニンニクを保存袋に入れ、半日冷蔵庫でマリネにする。
- 2 アグー豚肉バラブロック、青ねぎ(青い部分)入れ、鍋いっぱいに入れて沸騰させ、煮立ったらアクをとり、弱火で30分煮る。火を止め、そのまま冷まして食べやすい大きさに切る。
- 3 ボウルに「味噌だれ」の材料を入れて混ぜ合わせる。
にんじん、きゅうり、長ねぎは千切りにする。
- 4 サンチュにアグー豚バラ肉、お好みの野菜、キムチをのせ、みそだれをつけて巻く。



POINT

アグー豚肉バラブロックを半日マリネし、深い下味をつけ込む。

