



長崎 築町

なかじま

6/9 (木) 和風ポッサム (YUMIKOさん)

(材料 作りやすい分量分)

- 豚バラ塊肉：350g
- 塩・こしょう：各少々
- 水：600ml
- 中嶋屋「だしー族」：150ml
- にんにく：2かけ
- 生姜の薄切り：4枚
- A 長ねぎ(青い部分)：1本分
- 味噌：大さじ1
- 酒：大さじ1
- インスタントコーヒー：小さじ1

(サムジャン)

- B 味噌：30g
- コチュジャン：30g
- はちみつ：大さじ1
- おろしにんにく：少々
- 白いりごま：小さじ1
- 中嶋屋「だしー族」：大さじ1

(付け合わせ)

- サンチュ(レタス)：適量
- 千切り野菜：適量
- (長ねぎ・きゅうり・にんじん等)

- ① 豚肉に塩・こしょうを刷り込んで、しばらく置く。
- ② フライパンに①の豚肉を入れ、油はひかずに焼き、全面に焼き色をつける。
- ③ にんにくは潰しておく。鍋にAを入れて、②の豚肉を入れ、約1時間ほどコトコト煮る。(汁気が少なくなってきたらヒタヒタくらいまで水を足しながら煮ていく)
- ④ (サムジャン)を作る。ボウルにBを混ぜ合わせ、小鉢に盛る。
- ⑤ 1時間ほど経ち、③の豚肉が柔らかくなっていたら、汁気が1/3量くらいになるまで、煮汁を肉に絡めるようにして煮る。
- ⑥ ④の豚肉を取り出し、粗熱が取れたら、薄くスライスして、器に盛り、サンチュ・千切り野菜と④のサムジャンを添える。
- ⑦ 食べるときは、サンチュに、煮豚のスライスと千切り野菜をのせて、サンチュで巻いていただく。

*味噌はすり味噌タイプを使用しています

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。