

焼豚



【鍋】 煮込み鍋

【材料】 肩ロース（ブロック） 400 g ※タコ糸でしばる

酒 大さじ3

醤油 大さじ3

砂糖 大さじ3

しょうが 1 カケ

にんにく 1 カケ

長ネギ（葉） 少々

【作り方】

- ① 肩ロースに塩・コショウをふる
- ② 煮込み鍋を温め、サラダ油を大さじ1～2入れ、肩ロースに焼き目をつける
- ③ 調味料とスライスしたしょうが・にんにく、長ネギを加えて、煮る

（ピーとなったら、弱火にして30分程度）



鍋が熱いので、調味料はあらかじめ混ぜておいてから入れるのがポイント！