■■■PariPari! PoriPori! Club! ■■■

塩豚

あっさりしっとり！ふっくらぷるぷる！

■塩麹でふっくら煮あがり！豚のおいしさ閉じ込めちゃいましょう！余分な脂肪分も適度にカット！

材料

豚肉（バラブロック）・・・・・・・・・・・・・・・・・500～800g
塩麹（粉末タイプ）・・・・・・・・・・・・・・・・・・100g
水・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1000～1200ml（カップ 5～6 杯）

作り方

① 豚肉はフォークで全体に穴をあけます。
② 鍋に水と塩麹を入れてよくかき混ぜ、豚肉を入れて中火にかけます。
③ 煮立ったら蓋をし、弱火で約 30 分程度煮こみます。
④ 取り出して荒熱を取り、食べやすい大きさにスライスします。お好みのドレッシングやタレなどでお召し上がりください。

※ 調理の際は、火傷やふきこぼれ、焦げ付きに注意してください。
※ お好みで黒コショウや生姜、山椒など加えて煮込むと、香りの塩豚もお楽しみいただけます。