



ポッサム



余熱調理

🍲 使用した鍋：両手ナベ3.8L

【材料】4人分

豚ばら肉(塊)	350g
塩	小さじ2/3
砂糖	小さじ1
万能ねぎ	3本
キャベツ	1枚
サニーレタス	適量

【A】

長ねぎ(青い部分)	1本分
しょうが(薄切り)	5枚
にんにく	1かけ

【B】

塩	小さじ1/2
ごま油	大さじ2

【作り方】🕒 約50分

【下準備】豚ばら肉に塩と砂糖をすりこみ、約1時間おく。

1. ビタクラフトの鍋にたっぷりの水と【A】を入れて沸かし、豚ばら肉を入れてフタをし、再沸騰すれば火を止めて35~40分おく。
2. 万能ねぎとキャベツをみじん切りにして【B】を加えて混ぜる
3. (1)の豚ばら肉を取り出して1cm厚さに切る。サニーレタスに豚ばら肉と(2)のをせ、巻いていただく。