



野菜の味をいかした調理で

ほくほくジャガイモ

材料（4人分）

- 豚バラ肉（薄切り）…………… 250g
- ジャガイモ（だんしゃく）…………… 4個
- 玉ネギ…………… 2個
- シイタケ（生）…………… 4個
- a) 酒…………… 100ml
- 水…………… 50ml
- 塩（5023）…………… 小さじ1
- みりん…………… 大さじ2
- かつおぶし削り（5667）… 1パック
- サヤインゲン…………… 4～6本



塩肉じゃが



レシピに登場した GreenMarket 商品

- 5023 塩
- 5667 かつおぶし削り

作り方

- ①豚バラ肉は長さ3cm位に切る。ジャガイモは皮をむき、食べやすい大きさに切る。玉ネギはくし切りにする。シイタケは石づきを切り落とし、幅5mm位に切る。
  - ②サヤインゲンは筋を取り、分量外の塩を入れた熱湯で2～3分ゆで、長さ3cmに切る。
  - ③厚手の鍋に、下から玉ネギ、ジャガイモ、豚バラ肉、シイタケの順に重ね入れ、a)を加える。
  - ④蓋をして、中火にかける。途中で天地返し、15分くらい、ジャガイモが柔らかくなるまで煮る。
  - ⑤みりんを加えて照りを出し、水分を飛ばしながら煮詰める。火を止め、蓋をしてしばらく置く。
  - ⑥食べる前に温めてかつお節をかけ、サヤインゲンを加えて器に盛る。
- ★ジャガイモや玉ネギから水分が出るので、加える水は最小限に。途中で水分がなくなったら少しずつ水を足してください。鍋を最後にゆずって、ホッコリとした食感に仕上げましょう。