



【材料】(4人分)

ごぼう	300 g
昆布	40 g
豚バラ肉の薄切り	200 g
しょうが(薄切り)	半かけ分
ゆず皮	少々
だし汁	350 c c
サラダ油	大さじ 1 弱
酒・みりん・砂糖	各大さじ 2
しょうゆ	大さじ 2

【作り方】

- ①豚肉は、4~5 cm幅に切る。
- ②ごぼうは洗って皮をこそげ取り、4~5 cm長さに切って水に放してアク抜きし、熱湯で2~3分茹でる。
- ③昆布は砂を取り除き、濡れ布巾に包んでしんなりさせ、15 cm長さに切ってひと結びする。
- ④鍋にサラダ油を熱し、薄切りのしょうがを炒めて香りを出し、①の豚肉を入れて炒め、ごぼうを加えてさらに炒める。
- ⑤④にだし汁を加えごぼうが柔らかくなるまでアクをすくって煮る。
- ⑥⑤に昆布を入れ、昆布が柔らかくなったら、酒・みりん・砂糖を入れて煮含め、最後にしょうゆを加え、1~2分煮て火を止める。
- ⑦ゆず皮の千切りを飾る。