

大根は、霜がおりるこの季節、寒さから身を守るために糖度が高くなるので美味しくなります。

【豚肉と大根の煮物】

【材料 4~5人分】

・豚肩ロース	150g
・酒	小さじ1/2
・しょうゆ	小さじ1/2
・大根	300g
・人参	100g
・ごぼう	50g
・しょうが	ひとかけ
・長葱	30g
・油（炒め用）	小さじ1
・酒	大さじ1
・みりん	大さじ1/2
・砂糖（三温糖）	30g
・しょうゆ	大さじ2

【作り方】

1. 豚肉は酒とみりんで下味をつけておきます。
 2. 大根、人参、ごぼうは大きめの細長い乱切りにします。
 3. しょうがはせん切り、長葱は小口切りにします。
 4. 油を入れたフライパンを中火で熱し、豚肉を入れて色が変わるまで炒めます。
 5. 2の野菜を加えて少し透明になる位まで炒めます。
 6. 調味料、しょうが、ねぎを加えて混ぜ、蓋をして煮ます。
 7. 水分がなくなり、色があめ色になってつやが出てきたら出来上がりです。
- ※ 大根から出る水分の量によって水を足したり、調味料の量を加減してください。
- 彩でさやいんげん、きぬさやを加えるときれいです。