

料理名

スペアリブと新ジャガのカレー煮

材料

(3人分)

スペアリブ…300g

ショウガ…適宜

ネギ（青い部分）…適宜

新ジャガ…2個

スナップエンドウ…適宜

ニンニク…1片

サラダ油…大さじ1

Aたれ

カレー粉…小さじ1

水…200ml

料理酒…200ml

みりん…100ml

しょうゆ…100ml

砂糖…大さじ1

ローズマリー…1本



作り方

鍋にたっぷりの水とショウガ、ネギを入れ、スペアリブを柔らかくなるまで下ゆでする。新ジャガは皮をむきラップにくるんで電子レンジ（600W）で竹串が通るくらいまで3分程度加熱し、8等分に切る。スナップエンドウはゆで、ニンニクはつぶしておく。

フライパンにサラダ油を熱し、ニンニクとスペアリブを入れる（1のショウガ、ネギは香り付けのため使わない）。両面に焼き色を付け、新ジャガを入れる。

Aを（2）に入れ強火にかける。たれを絡めながらとろみが付くまで煮込む。

器にスペアリブと新ジャガを取り出して盛り付け、スナップエンドウを飾り、残りのたれをかけて出来上がり。