

料理名 ゆで豚のおろしキノコサラダ風

材料 (3人分)

豚バラブロック…600g

小松菜…1/2わ

エノキタケ…100g

ナメコ…100g

A

ネギ（青いところ）…適宜

皮付きショウガスライス…3枚程度

塩…少々

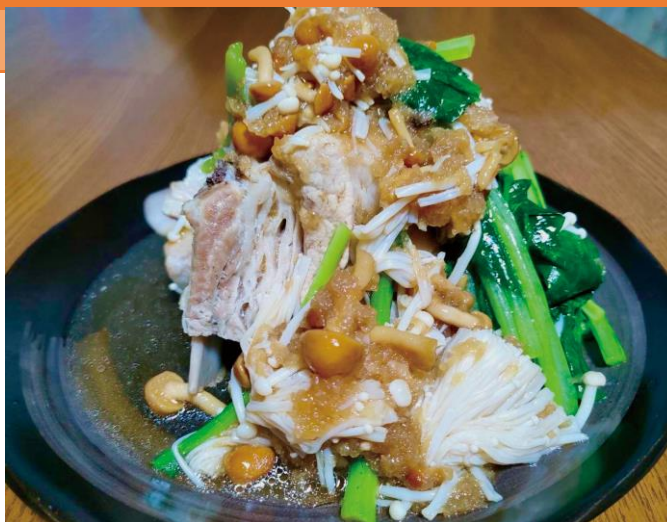
料理酒…適量

B

大根おろし…200g

ゆずこしょう…小さじ1

オリーブ油（エクストラバージン）…大さじ1



作り方

- (1) 豚バラブロックは200g×3にカットする。エノキタケは石突きを取り3等分にしてほぐしておく。小松菜は3cmに切っておく。
- (2) 豚肉を下ゆでする。鍋に水をたっぷり入れ、Aと共に豚肉を軟らかくなるまでゆでる（※圧力鍋を使うと時短できます）。軟らかくなった豚肉を取り出し、同じ鍋で小松菜をサッとゆでる。
- (3) キノコのたれを作る。ボウルにBを合わせ、別鍋でゆでたエノキタケ、ナメコを混ぜ合わせる。
- (4) 皿に小松菜を敷き、豚肉をのせ、(3)のたれをかけ出来上がり。