

料理：至高の豚汁

参照 YouTube 動画：料理研究家リュウジのバズレシピ

動画タイトル：ただの『肉入り味噌汁』じゃない、本当に旨い『豚汁』の作り方【至高の豚汁】

『Pork miso soup』

≪材料≫

豚バラ	280 g
塩	ひとつまみ
コショウ	適量
ごぼう	150g
大根	200g
こんにゃく	250g
にんじん	100g
生姜	10g
にんにく	2 片
長ネギ	1 本
ごま油	大さじ 1
水	1 リットル
白だし	大さじ 4
味噌	大さじ 4
みりん	大さじ 2
酒	大さじ 2

《工程》

1. にんじんを半月切りで薄くカット
2. 大根 4 等分にカットし薄切り。人参よりちょっと厚めでも大丈夫
3. にんにくの皮を剥いておく
4. ネギを斜め切りにする
5. こんにゃくをスプーンで小さめにカット
6. 水道水のぬるま湯で洗って臭みをとる
7. 豚バラに塩コショウを振っておく
8. 洗ったごぼうを斜めに薄切り。ささがきでも OK
9. フライパンに火を点け、ごま油を大さじ 1 入れる
10. 最初にごぼうを炒め香りを引き出す
11. ごぼうに少し焦げ目が付いたら適度のサイズの豚バラを入れる
12. 肉に少し焦げ目をつけて香ばしさをだす
13. 大根、にんじん、こんにゃくを入れる
14. 野菜に豚バラの脂が回ってすこし小さくなるまで軽く炒める
15. 水 1 リットル、白だし、味噌、みりん、酒を入れる
16. 調味料を入れたら強火で一回沸かす。フタはしなくていい
17. 湧いたら火を弱中火にして 20 分煮込む
18. アクはあえて取らないでおく
19. 20 分経ったら、すりおろしたニンニクと生姜を入れてちょっと沸かす
20. 湧いたら最後に長ネギを入れ 3 分くらい煮て完成
21. お好みで七味

※本稿は元動画を参照しておりますが、工程や材料などの編集や多少個人的に言い回しの脚色などありますので

忠実に文字に興しているわけではありません。忠実に知りたい方は元動画をご視聴くださいませ。