

料理：シン豚バラ大根

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：これ覚えないと損です。たった 30 分で出来るのに普通のより格段ウマイ「シン豚バラ大根」

《材料》

ごま油	大さじ 1
大根	450g
薄切り豚バラ肉	250g
生姜	10g
輪切り唐辛子	適量
水	350cc
醤油	大さじ 2
オイスターソース	大さじ 2
砂糖	大さじ 1 半
酒	大さじ 2
味の素	4 振り
★味変でからし	

《工程》

1. 味滲みが良いので時短の為に大根の皮を剥くとよい
2. 大根を縦に4等分に切る
3. 大根を1cm幅にちょう切りに切っていく
4. 切った大根をフライパンに入れる
5. 生姜も千切りにしてフライパンに入れる
6. 豚バラ肉を4等分くらいに適当に切る
7. 切った肉をはがしながらフライパンに入れる
※ここまで来たらあと20分くらいでできる
8. ごま油おおさじ1をフライパンに流しいれる
9. 輪切り唐辛子を適量まぶす
10. フライパンに火をつける。中火くらい
11. 菜箸等を使い、ごま油と肉の脂が全体に絡まるように炒めていく
12. 肉に一通り火が通り、油が全体に回ったら水を350cc入れ味付け開始
13. 醤油大さじ2、オイスターソースおおさじ2を入れる
14. 砂糖おおさじ1と半分入れる
15. 酒おおさじ2を入れる
16. 味の素を4振り
※アミノ酸を入れて相乗効果
17. 調味料入れて沸いたら蓋をして15分放置
18. フタを開け、水分が残っていたら強火にして火を飛ばす
19. 煮汁が少なくなってきたら火を止めて完成
※煮汁は食材の半分くらいの量になるまで

※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。