

煮豚とりんごのミルフィーユ

(2人分)






豚バラ肉	300g	濃口しょうゆ	
りんご	1個	酒	} 大2
粒マスタード		みりん	
レモン果汁	} 適量	水	300ml
水		かたくり粉	大1
塩・こしょう		トッピング	
にんにく(すりおろし)	1かけ分	バジル(生)	適量

作り方

- 1** 豚バラ肉全体に塩・こしょう、にんにく(すりおろし)をすりこみ下味をつける。
- 2** 鍋に砂糖、濃口しょうゆ、みりん、水を入れて沸騰させる。
- 3** 沸騰したところに1を脂身を下にして入れ、ふたをし、弱火で20分煮る。
- 4** りんごを5mm幅に切り、レモン水に浸す。
- 5** 4に塩・こしょうをかけ、ラップをして700Wのレンジで2分加熱する。
- 6** 鍋のふたを開け、火を強火にして煮汁を煮つめる。
- 7** 豚肉を取り出し、水溶き片栗粉を加えとろみをつけ、ソースをつくる。
- 8** 豚肉を5mm幅に切り、りんごと豚肉、マスタードを重ねて皿に盛り付け、ソースをかけバジルをトッピングすれば完成！

