

スペアリブの甘辛煮

材料（2人分）

豚スペアリブ	300g
しょうが	1/2かけ
にんにく	1かけ
白ねぎの青い部分	1本
酒	大さじ2
調味料	
└酒	大さじ2
└砂糖	大さじ1
└しょうゆ	大さじ1
サラダ油	適量



作り方

1. 豚スペアリブはフライパンにサラダ油をしき、中火で焼き色をつける。
2. 豚スペアリブを水から茹で、沸騰したらあくをとる。
15分ぐらいしたら豚スペアリブを取り出す。
3. 豚スペアリブ、水、薄切りにしたしょうが、つぶしたにんにく、白ねぎの青い部分を入れ強火にかけ、沸騰したら弱火にして豚スペアリブが柔らかくなるまで45分ぐらい茹でる。
4. 別鍋に豚スペアリブ、調味料、茹で汁(3でできたものをお好みの量)、水をひたひたまで入れて強火にかけ沸騰したら、弱火で煮る。
5. 煮汁が少なくなるぐらいまで煮る。
5. 豚スペアリブを器に盛り、煮汁をさらに煮詰め豚スペアリブにかける。

✕E ・お好みで七味やさんしょをかけても、おいしいです。

所要時間 2時間
主な調理器具 鍋