

# ダッチオーブンを使ったレシピ ローストポーク

## はじめに・・・

難しそうに見えて、実は簡単に扱うことができるダッチオーブン。  
これ一つもっていれば、煮る、蒸す、炒める、茹でる、揚げるなど、様々な料理を作ることができます。  
ダッチオーブンを使った美味しい料理を、家族や友達、仲間に振舞いませんか？

## 用意するもの



■ 所要時間	
・ 調理時間	5～13時間
・ 下ごしらえ	4～12時間
・ ダッチオーブン	40分



### ■ 材料（約4人分）

・ 豚肩ロース	800g	・ クレソン	1束
・ 塩	適宜	・ ソース	50～100ml
・ ブラックペッパー	適宜	・ しょうゆ	50～100ml
・ ガーリックパウダー	適宜	・ たまねぎ	1個
・ オリーブオイル	適宜	・ にんにく	1片
・ フレッシュローズマリー	5～10茎	・ バター	30g
・ ジャがいも	4個	・ 赤ワイン	50ml

## 作り方

1. 密閉式のビニール袋にお肉を入れ塩、ブラックペッパー、好みでガーリックパウダーをまんべんなくなじませ、オリーブオイルを全体にからめる。
2. ローズマリーを入れ、一晩マリネする。  
時間がなければ当日の朝でOK！
3. ダッチオーブンに敷き網を入れ、お肉、周りに良く洗ったジャガイモを並べ、ローズマリーを入れる。
4. ふたを開けて約40分くらいオーブン焼きする。
5. コッヘルにバターを熱しすりおろしたにんにく、玉ねぎを焦がさないようによく炒める。
6. 赤ワインを入れ強火でアルコールを飛ばし、しょうゆを入れコッヘルをゆすりながらよく混ぜ合わせればソースのできあがり。
7. 焼き上がったお肉は薄くスライスしてお皿に乗せ、じゃがいもを添え、クレソン等好みのものを飾り付けてできあがり。



2. マリネして味をしみ込ませます。



3. ジャガイモは皮のままでOKです。

▶ アドレスはこちら...

<http://www.komeri.com/howto/>