

猪バラ肉のオーブン焼き



☆材料（5人分）

- ・猪バラ肉ブロック……………400g
- ・生姜……………1かけ
- ・醤油……………120cc
- ・みりん……………大さじ2
- ・砂糖……………小さじ2
- ・コショウ……………少々
- ・大葉またはパセリ（香り）…小1
- ・サラダ油……………少々
- ・クレソン……………適宜

☆作り方

- ① 生姜はみじん切りにしてバットに入れ、醤油、みりん、砂糖、大葉またはパセリ、コショウを加えよく混ぜ合わせる。
- ② ばら肉ブロックを①の漬け汁に入れ、ときどき上下を返しながら一晩漬け込む。
- ③ 天板にアルミホイルを敷き油を薄く塗る。肉を乗せ190℃のオーブンに入れ20分焼く。途中2～3回、漬け汁を刷毛で肉の表面に塗りながら焼き上げる。
- ④ 焼きあがったら皿に盛り、クレソンを添える。

☆シェフのワンポイントアドバイス

- ・肉が焦げやすいので、こまめに肉を見て、焼き色の付け過ぎに注意！