



## ジンジャーポークソテーとペペロナータ

— by Grand Kitchen —

### ジンジャーポークソテー

<材料 1人分>

豚ロース厚切り 100g × 1枚  
塩、胡椒 少々  
小麦粉 適量  
サラダ油 少々

■ジンジャーソース

玉ねぎ 大 1/2 個  
おろし生姜 小さじ 2  
おろしにんにく 小さじ 1  
醤油 大さじ 2  
清酒 大さじ 2  
本みりん 大さじ 1  
水 大さじ 1  
砂糖 大さじ 1/2  
鷹の爪（輪切り） ひとつまみ

1. 玉ねぎをすりおろして、汁ごとソースの材料を全て合わせておく。豚肉は脂身部分に浅く切り目を入れて筋切りし、塩、胡椒をする。
2. 豚肉に小麦粉を薄くまぶし、フライパンに油を引き強火でカリッと焼き目をつける。
3. キッチンペーパーで余分な油をふき取り、合わせたソースを入れる。豚肉はすぐにお皿に取り出す。
4. 軽く煮詰めてジンジャーソースを仕上げる。

### ペペロナータ

<材料 2人分>

赤パプリカ 半分  
黄パプリカ 半分  
赤玉ねぎ 半分  
にんにく 1片  
オリーブオイル 大さじ 1  
塩、胡椒 適宜

1. パプリカを熱湯にさらし、氷水につけ皮をむく。
2. 横半分に切り、5mmの幅の細切りにする。
3. 玉ねぎはスライスに、にんにくはみじん切りにする。
4. フライパンにオリーブオイルを入れ、弱火で温めたらにんにくを入れ香りがたってきたら玉ねぎを入れ炒める。
5. 玉ねぎがしんなりしたらパプリカを入れ、蓋をし弱火で蒸し焼きにする。
6. 甘い香りがたってきたら、塩、胡椒で味を整え冷ます。

### 冬野菜

<材料 1人分>

紅芯大根 15g  
青芯大根 15g  
カブ 1/2 個  
インゲン 15g

1. 各野菜の下処理をし、好みの大きさにカットする。
2. 各野菜をボイルする。