

ポッサム (韓国風茹で豚) 材料6~8人分

豚バラ肉塊	1,200~1,500g
万能ネギ	2~3本
長ネギ	2本
玉ねぎ	1/2個
りんご	1/2個
にんにく	1片
味噌	大さじ2~3
黒こしょう	大さじ1/2~
**好みで多く入れても良い	
味の素	適量

☆辛味噌材料	
味噌	大さじ4
コチュジャン	大さじ2
**味噌とコチュジャンの割合は常に2:1	
砂糖	大さじ3~4
みりん	大さじ3
ゴマ油	大さじ2
おろしにんにく	大さじ2
白炒りごま	大さじ2

ポッサム(韓国風茹で豚)作り方



1. にんにくは皮をむいて軽くつぶす。



2. 深鍋に鍋の肉がかぶる位の水を注ぎ、ネギの青い部分とにんにくを入れる。



3. 玉ねぎは皮をむいて1/4に切りりんごは皮のまま1/8に切って鍋に入れる。



4. 黒こしょう、味噌、味の素を入れて火にかけて、強火で沸騰させる。



5. 豚バラ肉は300~350gの塊に切り分ける。



6. フライパンに脂身を下にして肉を置き、強火で肉から出た脂で表面に焼き色を付ける。



5. キッチンペーパーで脂を取りながら強目の焼き色が全面につくまで焼く。中まで火が通らなくても良い。



6. 焼き色がついた肉を沸騰した鍋に入れる。中火にして蓋をしないで30分煮込む。アクは取らなくて良い。



7. 万能ネギは小口切りにする。



8. 肉を切ってみて火が中まで入って入れば出来上がり。中がまだ赤かったらもう10分ほど煮込む。



9. 1cm幅ほどの厚さに切る。



10. 万能ネギを上から散らし、キムチと辛子味噌を添える。

*肉を煮た煮汁はラーメンのスープなどにすると美味しい。

辛味噌の作り方

全ての材料をボウルに入れ、混ぜ合わせたら出来上がり。豆腐やきゅうりなどに付けても美味しい。

