

豚ばら肉の山椒風味のヴァプール 胡麻山椒ソース

山椒の爽やかな香りとゴマの風味が効いたソースは
しゃぶしゃぶや蒸し鶏にもぴったり！

🍲 材料 (4人分)

豚ばらブロック肉…400g
塩…4g
GABAN® 高知県産・仁淀川山椒ホール…0.8g
にんじん…55g
牛乳…30ml
塩…少々
ズッキーニ…85g
塩…少々
GABAN® オリーブオイルEXバージン…15ml

● 胡麻山椒ソース

炒り白ごま…15g
GABAN® 柚子フレーク…3g
GABAN® 高知県産・仁淀川山椒パウダー…1g
塩…3g
キャノーラ油…30ml

🍲 レシピ (所要時間：80分※)

- ① 豚肉は塩をまぶして30分程なじませ、仁淀川山椒ホールをまぶしてラップに包み、冷蔵庫でひと晩マリネする。
- ② 炒り白ごま、柚子フレークをブレンダーで粉末状にし、仁淀川山椒パウダー、塩も加えて混ぜる。
- ③ ②をボウルに移し、キャノーラ油を少しずつ加えて混ぜる。
- ④ にんじんは輪切りにして柔らかくなるまでゆで、牛乳を加えてフードプロセッサーにかけ、塩で味を調える。
- ⑤ ズッキーニは薄切りにしサッとゆでたらオリーブオイルで炒め、塩で味を調える。
- ⑥ ①を室温にもどし、ラップに包んだまま蒸し器で60分ほど蒸し、食べやすい大きさに切る。
- ⑦ 器に④、⑤、⑥を盛りつけ、胡麻山椒ソースをかける。

※豚肉をマリネする時間は含みません。