

中国の 豚バラ&うずら煮込み

材料（4-5人分）

- | | |
|--------------|------|
| ① 豚バラ（ブロック） | 1kg |
| ② 細ネギ（みじん切り） | 1-2本 |
| ③ しょうが（スライス） | 4枚 |
| ④ スターアニス | 3個 |
| ⑤ ローリエ葉っぱ | 3枚 |
| ⑥ シナモン | 1本 |
| ⑦ 氷砂糖 | 6個 |
| ⑧ うずら卵 | 12個 |
| ⑨ 塩 | 適量 |
| ⑩ 料理酒 | 大さじ2 |
| ⑪ サラダ油 | 適量 |
| ⑫ オイスターソース | 大さじ2 |
| ⑬ 醤油 | 大さじ2 |
| ⑭ 栗パウダー | 適量 |

作り方

- ① 豚バラを食べやすい大きさ（約2.5cm）に切る。
- ② 鍋に水を入れ、切った豚バラを入れる。沸騰したら、豚バラを取り、水を切っておく。
- ③ フライパンにサラダ油を少し入れ、氷砂糖を加えて溶かす。
砂糖が溶けたら、ゆでた豚バラを加えてよくかき混ぜる。
- ④ 豚肉が茶色になったら、うずら卵と全てのスパイスと調味料を加え、よく混ぜてから十分水を入れて、約1.5時間煮込む。
- ⑤ 水分がドロっとした状態になったら、少しの水で栗パウダーを溶かして加える。
よく混ぜたら、火を止めてでき上がり。



写真はイメージです。