

# スキンレス・ロンガニーサ

(フィリピン風皮なしソーセージ)



## 材料 (20 個分)

- 豚挽肉 1 kg
- ニンニク 2 玉
- 黒コショウ 大さじ 2
- グラニュー黒糖 1 カップ
- 醤油 大さじ 3
- お酢 大さじ 2
- アナーパウダー 大さじ 3
- 塩 大さじ 2
- コンソメ 大さじ 2
- サラダ油 大さじ 3
- 竹串
- クッキングシート、またはサランラップ



写真はイメージです。

出典: *simply anne: Homemade Longganisa*  
(<https://www.flickr.com/photos/20358768@N00/>)

## 作り方

1. 大きいボウルに全ての材料を入れて良く混ぜる。
2. ラップをかけて、約30分寝かせる。
3. クッキングシートやサランラップの上に、大さじ一杯の肉をのせて、約8-10cmの長さで約2cmの厚さの形にして巻く。先端両側をよく閉める。
4. タッパなどにラップで巻いた肉を入れて、冷蔵庫の中に一晩寝かせる。
5. 寝かせたソーセージを焼く時、ラップを外して、フライパンにサラダ油を入れ、ソーセージの全面を火が通すまで中火で焼く。