

# ○ 豚肉とかぶの塩スープ煮



## 〈材料〉2～3人分

●豚バラ肉（固まり）	300g
●かぶ（葉付き）	3個
●かつおだし	600g
●酒	120cc
●深層水（原水）	120cc

## 〈作り方〉

下ごしらえ

豚バラ肉を厚さ2cm程の一口大に角切りする。

かぶの皮をむいて、6～8等分に切り分ける。

かぶの葉の軸を3cm幅で切り、沸いた湯に加え、再度沸騰したらザルにあけ、流水で冷ます。〔下茹で〕

**1** 鍋にかつおだしと酒、原水を入れて火にかける。  
沸いたところへ豚バラ肉を加え、アクを除く。  
火加減を中火にし、落とし蓋をして約15分間煮る。

**2** 落とし蓋を取り、かぶを加え火加減を強火にする。  
沸騰する手前で火を弱め中火で2～3分間煮る。  
★ポイント★かぶに火が通りすぎないように注意

**3** 下茹でしたかぶの葉の軸を加えて、火加減を強火にし、沸いてきたら火を止める。

**4** 器に盛りつけて完成。お好みで黒コショウか練りからしを添える。