

# 小林ファーム



## 三重平安閣グループ



ラセーナ マリアージュ四日市 羽瀬料理長

前回のふれあいのプレゼントで反響の大きかった小林ファーム様の豚肉を使用し、三重平安閣のシェフがオリジナルレシピを考案しました。



**小林ファーム**  
「健康に育てれば、お肉はおいしくなる」を合言葉に、そしてお客様が笑顔で「おいしかったよ」と言っていた言葉を励みに毎日頑張っています。  
▶今回ご提供いただいたお肉：  
ロース・ミンチ・スペアリブ

ホームページで直接ご注文いただけます。  
<https://kobayashi-farm.com/>

【小林ファーム】 〒519-0222 三重県亀山市両尾町2037  
TEL/FAX 0595-85-1888 定休日/不定休  
(TEL…AM8:30～※配達中・夕方以降はご対応はいたしかねます/FAX…24時間受付)

## 豚スペアリブのやわらか煮



- 材料(4人前)**
- ・スペアリブ(豚) …… 500g
  - ・ほうれん草 …… 150g
  - ・生姜 …… 15g
  - ・ネギ(青い部分) …… 少々
  - ・八角 …… お好み
  - ・水 …… 360cc
  - ・酒 …… 30g
  - ・醤油 …… 50g
  - ・みりん …… 40g
  - ・塩 …… 小さじ1
  - ・ごま油 …… 適量
  - ・片栗粉 …… 40g



### 作り方

- 1 豚スペアリブに醤油をまぶしてフライパンで焼いて、焼き色を付ける。
- 2 生姜の薄切り、ネギの青い部分、お好みで八角を鍋に入れ、少量の油で炒めて香りを出す。
- 3 焼き色のついたスペアリブを②に入れて、酒を入れ、アルコールをとばす。
- 4 お肉がつかうくらいの量の水を入れ、沸騰したらアクを取り、醤油、みりん、塩で薄めに味付けをする。



- 5 弱火で60分ぐらい煮る。途中、水分が少なくなったら水を足しながら、味を確認して仕上げる。
- 6 水洗いしたほうれん草を適当な長さに切り、油を熱したフライパンでさっと炒める。塩、ごま油で味を付ける。
- 7 深めのお皿にスペアリブと炒めたほうれん草を盛り付ける。
- 8 スペアリブ、ネギ、生姜、八角を取り出した煮汁に水溶き片栗粉でとろみをつけて、ごま油で香りを付ける。
- 9 お皿に盛り付けたスペアリブの上に⑧を適量かけて完成。



お食事に豚肉を取り入れ、暑い夏を乗り切りましょう!

## 100% 豚ミンチで作る煮込みハンバーグ



- 材料(4人前)**
- ・豚ミンチ …… 600g
  - ・トマトソースの缶詰 …… 1缶
  - ・塩 …… 少々
  - ・胡椒 …… 少々
  - ・好みの野菜 …… 適量
  - ・玉ねぎのみじん切り …… 1/4個
  - ※出来ればソテーして冷ましておく
  - ・ニンニクすりおろし小1片or少々
  - ・パン粉 …… 大さじ2
  - ・卵 …… 1個
  - ・牛乳 …… 大さじ2
  - ・ケチャップ …… 大さじ2
  - ・醤油 …… 大さじ2
  - ・酢 …… キュップ1/4(隠し味)
  - ・オリーブオイル …… 大さじ1
  - ・ブラックペッパー …… お好み
  - ・ナツメグ …… 少々



### 作り方

- 1 (A)の材料をボールに入れて、混ぜる。
- 2 ①にミンチを入れてこねる。
- 3 成形して焼き色を付ける。
- 4 ハンバーグの1/3程度の水を入れて蓋をし、強火で5分程蒸し焼きにする。

玉ねぎのみじん切りは出来ればソテーして冷ましておく。



- 5 トマトソース缶を入れる。
- 6 味をみて塩・胡椒で味を調える。
- 7 好みの野菜(玉ねぎ、きのこ、ブロッコリー、トマトなど)を入れて添える。



## 豚ロースの味噌漬け焼き



- 材料(4人前)**
- ・豚ロース(厚さ5mm程度) …… 400g
  - ・漬け味噌  
白味噌 …… 200g  
酒 …… 100cc  
砂糖 …… 60g  
卵黄 …… 1個
  - ・長ネギ(白い部分) …… 1本
  - ・ごま油 …… 適量
  - ・サラダ油 …… 適量

ロースの部位を使用!



### 作り方

- 漬け味噌を作る**
- 1 白味噌、アルコールをとばした酒、砂糖を合わせ火にかける。
  - 2 10分~15分混ぜたところに卵黄を入れ再び混ぜる。
- 漬け味噌に漬け込む**
- 3 長ネギ(白い部分)のみじん切りにする。フライパンにごま油をひき、みじん切りにした長ネギを炒める。少し茶色くなってきたら、漬け味噌の中に入れる。
  - 4 ③の中に豚ロースを漬け込む。

ゴムベラなどですくって、落ちてこないぐらいになれば出来上がり。



- 焼く**
- 5 3時間ほど漬けたら取り出し、ある程度味噌をとる。
  - 6 フライパンにサラダ油をひき、弱火で蓋をして蒸し焼きにして、焦げないように焼いていく。火が完全に通れば出来上がり。



味噌が多いと焦げやすいので注意!

