

**農家風スペアリブ グリーン・ソース添え**

<材料> (4人分)

スペアリブ (豚骨付きばら肉) . . . . . 1.2kg  
 白ワイン . . . . . 100ml  
 水 . . . . . 適量  
 ローズマリー . . . . . 1枝  
 セージ . . . . . 2枝  
 ローリエ . . . . . 1枚  
 にんにく . . . . . 1片

\*付け合わせ (じゃがいものピューレ)

じゃがいも . . . . . 300g  
 牛乳 . . . . . 150ml  
 バター . . . . . 20g

\*グリーン・ソース

にんにく . . . . . 1/2片  
 アンチョビー . . . . . 1枚  
 ケイパー . . . . . 大さじ1  
 ピクルス . . . . . 1本  
 イタリアン・パセリの葉 . . . . . 20g  
 バジリコの葉 . . . . . 5g  
 白ワイン酢 . . . . . 少量  
 エクストラバージン・オリーブ油 . . . . . 100ml

塩、こしょう

<作り方>

①スペアリブは骨に沿って切り分け、塩、こしょうする。



②鍋にスペアリブを入れ、白ワイン、肉がひたひたに浸かる程度の水を注ぎ、ローズマリー、セージ、ローリエ、にんにくを加えて強火にかける。



**Act OnTV**

- ③紙蓋を作る。紙を4つ折りにし、さらに三角形になるように2～3回折る。  
紙蓋の中央に穴が開くように先を切り落とす。鍋の半径に合わせて端を切る。



- ④沸騰したらあくを取り除いて紙蓋をし、静かに沸いている程度の火加減で、肉が柔らかくなるまで約1時間～1時間半煮る。



- ⑤じゃがいもは皮をむいて適当な大きさに切り、鍋に入れて火にかけ、水からゆでる。  
⑥グリーン・ソースを作る。材料をミキサーにかけ、なめらかな状態になったら、塩、こしょう、白ワイン酢で味を調える。



- ⑦⑤のじゃがいもがゆで上がったら、ゆで汁を捨て、再び火にかける。鍋をゆすりながら水分を飛ばし、粉ふきの状態になったら、熱いうちに裏漉しする。



- ⑧鍋に温めておいた牛乳とバターに、⑦のじゃがいもを加えて混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を調える。



**Act OnTV**

⑨④のスペアリブが柔らかくなったら、煮汁と一緒にフッ素樹脂加工のフライパンに移して煮詰める。水分が完全に煮詰まったら、フライパンに残っているスペアリブの脂で色よく焼く。



⑩器にじゃがいものピューレを敷き、⑨のスペアリブを盛り、グリーン・ソースをかける。

