

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。



A 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。

