



## ビール煮

ビールの風味が、意外なほど豚肉に合います。

### 材料(4~6人分)

豚肩ロースソテー用肉	600g
塩	小さじ1
こしょう	少々
にんにく	1片
玉ねぎ	1個
にんじん	1本
じゃが芋	2個

水	400ml
固形スープの素	1個
④ ローリエ	2枚
パセリの軸	少々
ビール	350ml

サラダ油 ・・・ 小さじ2

パセリのみじん切り

### 作り方

- ① 豚肉は大きめの一口大に切り、塩、こしょうをもみ込んで1時間以上おきます。にんにくはみじん切り、玉ねぎはくし形切りに。にんじん、じゃが芋は一口大に切って、芋は水に取ります。
- ② 油を熱したフライパンで豚肉を全体に焼きつけ、油をきって鍋に移します。同じフライパンに、にんにくを入れ、余熱で炒めます。火をつけて玉ねぎを炒め合わせ、肉の鍋に移します。
- ③ ②の鍋に④を加え、強火にかけます。
- ④ 煮立ったら、弱火で10分煮、にんじんを加えて15分、じゃが芋を加えてさらに10~15分煮ます。味をみて塩、こしょう各少々(分量外)で調味し、パセリをふります。