

ヤングコーンと塩豚の煮浸し



材料) 4人分

ヤングコーン (皮付き) 2本

豚肉細切れ100g

塩小さじ1/2

だし300cc

日本酒大さじ1

黒胡椒適量 (お好みで)

作り方)

1. 豚肉をポリ袋に入れ、塩を加えて袋の上からよく馴染ませ、口を縛って1時間ほど置く。このまま冷蔵庫で3日ほど保存可能。
2. ヤングコーンの薄皮をめくり、実とひげを取り出す。さっと洗い、実は3cmの長さに食べやすい太さに切る。ひげは3cmの長さに切る。
3. 鍋にヤングコーンの実、だし、日本酒を入れて火にかけて、沸騰したら1とひげを入れ、一煮立ちさせる。
4. 味を見て足りなければ塩を加え、火を止め、お椀に盛り付け、お好みで黒胡椒を振る。