

気ままに一品 第四百四十八回

生姜焼き



豚ロース肉	150g
砂糖	大1
しょう油	大2
生姜すりおろ	大1
ケチャップ	大1

簡単なようで、私にとっては難しかった「生姜焼き」をつくります。色々なレシピを参考に何度もつくりましたが、味が安定せず、良く行く定食屋さんの

味には及びませんでした。基本の調味料は、すりおろし生姜としょう油です。

レシピでは、砂糖、みりん、ニンニク、はちみつ、すりおろし玉ねぎ、お酒、などなどを加えています。また、調味液に肉を漬け込んだレシピや、生姜をすりおろさずに、千切りにして使うレシピなど。多彩です。

さて、私流生姜焼きをつくります。

豚ロースは、適当な大きさに切っておきます。砂糖、しょう油、すりおろし生姜を混ぜておきます。油をひいたフライパンを火にかけ、豚ロースを中火で焼き、肉に火が通ったら混ぜておいた調味液を入れ、強火にして肉にからめます。最後の仕上げにケチャップを入れて、混ぜ合わせたら出来上がりです。