

東坡肉（トンポロウ・杭州式豚の角煮）



① 豚バラ肉を30分弱火で
 ボイルして、中まで加熱し
 て、お湯から取り出し粗熱
 を取り、適当な大きさに
 カットする。



② 深めの鍋にカットした
 生姜と葱、①、調味料の順
 に入れて材料が浸かる程
 度の水を足して、蓋をする。



<材料 4人分>

豚バラ肉 700 g (ブロック)
 生姜 50 g
 葱 50 g (青い部分)

<調味料>

醤油 60 g
 氷砂糖 80 g
 紹興酒 150 g
 水 適量



③ ②弱火で120分煮て、
 火から外して蓋をしたま
 まで30分ほど寝かせる。

④ 鍋から豚肉、生姜、葱
 を取り出して、豚肉は皿に
 盛り付けて、鍋に残った
 ソースを少しとろみが付く
 まで煮詰める。

⑤ 皿にもりつけた豚肉に
 ④のソースをかけて、お好
 みて野菜を添える。

