



## 「スペアリブとさつまいもの黒酢煮」



豚スペアリブ 300g は火の通りをよくするため横に倒して真ん中に切り込みを入れる。  
(肉が大きい場合は切り分ける)

さつまいも 150g はよく洗い、皮ごと 1cm 幅の半月切りをする。

フライパンにごま油大 0.5~1 を中火で熱し、スペアリブに両面焼き目をつける。

さつまいもを加えて、フライパンをゆすりながらサッと炒め、

水 150~200cc、黒酢、砂糖各大 3、醤油大 2、酒大 1 を混ぜ合わせた物を加えて味を整え、  
落とし蓋をし 10~15 分程煮て出来上がり。

\* 写真にはしめじを加えています。コクとうっすらトロミが付きます。

\* さつまいもをじゃがいもや蓮根に替えても。

\* 黒酢の代わりにオイスターソースと酢でも OK です。



ゆうきやのInstagram

是非、ゆうきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆうきや  
#yukiyab08 @ゆうきやなどを付けて投稿してください。  
皆様の投稿、お待ちしております!

ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880