

スペアリブのウスターソース煮



ingredients (4人分)

- ・ スペアリブ 8本
- ・ オリーブオイル 大さじ2
- ・ 水 2カップ
- ・ ウスターソース 1・1/2カップ
- ・ 赤ワイン 1カップ
- ・ 塩、こしょう 各少々
- ・ ローリエ 1枚
- ・ ねぎ(青い部分) 適宜
- ・ 白髪ねぎ 適宜

recipe

1. スペアリブは塩、こしょうで味をつけておく。
2. 鍋にオリーブオイルを熱し、スペアリブの両面を焼く。
3. 焼き色がついたら、水・ウスターソース・赤ワイン・ローリエ・ねぎの青い部分を加えて強火にかける。
4. 煮立ったら弱火にして落としぶたをし、ときどき肉を返しながら30分煮込む。
5. 皿に盛り、白髪ねぎを散らす。

Yasuyo Kawasaki