



毎日の料理を楽しみに
COOKPAD
http://cookpad.com

☆豚肉のグリル香草ガーリック風味☆

by ruruchirin



香草とガーリックの香りがたまらない♪ ジューシーな豚肉のグリル☆ 。+。ゝ(*´▽`ゝ)♪.+。



コツ、ポイント

火が通り過ぎないようにする。 香草はお好みの香草で☆

材料：

豚肉ブロック（ロースorもも）

1ブロック400～500g

ローズマリー 適量

タイム 適量

にんにく 2片

塩（岩塩） 適量

ブラックペッパー 適量

オリーブオイル 適量

このレシピの生い立ち

以前おせちに詰めたグリルで教えてもらったレシピです☆

1. ニンニクはミジン切りに、香草も細かく切る。

2. 豚ブロックにしっかりめに塩、ペッパーし1を全体にまぶしヘラでオリーブオイルを塗る。



3. ラップして一晩～二晩くらい寝かす。



4. オーブンを250°に設定し余熱しはじめる。

5. フライパンにオリーブオイル大さじ2～3を入れ熱し3を弱火で全面ゆっくり焼く。



6. さらにフライパン内の周りの油をスプーンで肉にかけながらさらにじっくり焼く。



7. 予熱であたためたオーブンに入れ15分～20分ほど焼き中まで火を通す。



8. アルミホイルに包んで20～30分おいて食べやすい大きさに切る。お皿に乗せ肉汁をかけクレソンを添える。

<http://cookpad.com/recipe/1310296>

Copyright© COOKPAD Inc. All Rights Reserved.