



## Piselli e patate al tegame

### グリーンピースとじゃがいもの煮物



#### 【材料】 5~6 人分

グリーンピース (冷凍)	1 袋 (250g)
(新) 玉ねぎ	小 2 個
じゃがいも	中 5 個
塩漬けケッパー	23 粒
豚のバラ肉 (スライス)	100g
にんにく	1 片
コンチェントラートデルマーレ	少々
(アサクラお勧めお塩)	
水	500cc
アサクラ EVO	大さじ 2~
野生のオレガノ	少々

※EVO はエキストラバージンオリーブオイルの略

【アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol.192 (ダイジェスト)  
vol.56 (フルレクチャー)

#### くり方】

- 1) じゃがいもは皮をむいて 2 等分に切る
- 2) (新) 玉ねぎはくし切りに 6 等分する
- 3) 豚バラ肉スライスは薄く少量のコンチェントを絡めておく
- 4) 鍋に水を入れ沸騰したらバラ肉を入れてさっとしゃぶしゃぶし、  
全体が白っぽくなったら取り出す  
※弱めの強火にし、ここでお湯にアクがでたら取り除いておく
- 5) アクが取れたらじゃがいも、玉ねぎ、グリーンピース、塩漬けケッパー (そのまま)、  
つぶしたにんにくを入れ上からアサクラ EVO を加える
- 6) 蓋をして沸騰したら弱火にし、じゃがいもが柔らかくなるまで煮る
- 7) 煮えたら豚肉を加えさっと煮て出来上がり (一度冷ますと味がよく浸みておいしい)
- 8) 器に盛り野生のオレガノをあしらう