

# 豚ロース オレンジソース

バルサミコ酢を加えることで、お肉がしっとり柔らかに



## 材料 (4人分)

豚ロース肉	……	4切
塩	……	少々
こしょう	……	少々
エリンギ	……	2本
しいたけ	……	2枚
オリーブオイル	……	大さじ2
オレンジジュース	……	200ml
砂糖	……	小さじ2
しょうゆ	……	小さじ2
酒	……	小さじ1

## 作り方

- 1 豚肉は、赤身と脂身の間に筋を切り、塩こしょうをふる。エリンギは縦半分に切り、
- 2 フライパンにオリーブオイルを熱し、二枚を重ねて、立てて脂身の部分から焼く。脂身に香ばしい焼き色がついたら、一枚ずつ離し、片面ずつ焼き色がくまで焼く。
- 3 エリンギを加え焼きながら、豚肉に七分程度火が通るまで焼く。
- 4 豚肉とエリンギを取り出し、フライパンに、砂糖、しょうゆを入れ、香りがたったらオレンジジュースを入れて煮詰める。
- 5 3の肉とエリンギを戻入れ、炒め合わせる。
- 6 酒を加え、ソースを沸騰させ味をなじませる。