

돼지 갈비찜



1. 요리법

1) 요리재료

- 주재료 : 돼지갈비 500g
- 부재료 : 양파 1/4 개(50g), 당근 1/4 개(50g), 홍고추 1 개(10g),
- 양념 : 물 1 컵(200ml), 배(배 강판에 간 것) 1/4 컵(50ml), 간장 3 큰술(45ml), 대파(다진 파) 1 큰술(10g), 마늘 (다진 마늘) 1 큰술(10g), 생강(다진 생강) 1/2 작은술(2g), 설탕 2 큰술(20g), 청주 1 큰술(15ml), 후추(후춧가루 약간), 참기름 1/2 큰술(7ml)

2) 기본정보

- 조리시간 : 30 분
- 분량 : 2 인분 기준

3) 요리과정

01. 돼지갈비는 기름기를 제거하고 살코기 부분에 4~5 군데 칼집을 낸다.
02. 큰 불에 돼지갈비를 넣고 돼지갈비가 잠기도록 물을 부어 1 시간 정도 핏물을 뺀다.
03. 끓는 물에 돼지갈비를 넣고 데친 후 체에 밭쳐 물기를 뺀다.
04. 양파는 3~4 등분한다. 당근은 사방 4cm 크기로 썬 후 모서리를 둥글게 깎는다.
홍고추는 어슷썬다.
05. 불에 양념 재료를 넣고 골고루 섞는다. 돼지갈비를 넣고 버무려 1 시간 이상 재운다.
06. 냄비에 돼지갈비, 당근을 넣고 끓인다. 끓어오르면 뚜껑을 덮고 약한 불로 줄여 푹 익힌다.
(약 30 분)
07. 뚜껑을 열어 양파를 넣고 익힌다.
08. 국물이 거의 줄어들면 홍고추를 넣고 익힌다.

豚カルビチム



1. 料理法

1) 料理材料

- ・ 主な材料: 豚カルビ 500g
- ・ 副材料: 玉ねぎ 1/4 個(50g)、にんじん 1/4 個(50g)、赤トウガラシ 1 個(10g)、
- ・ 調味料: (水 1 カップ(200ml), すりおろした梨 1/4 カップ(50ml)、醤油 大さじ 3(45ml)、刻みネギ (10g), おろしニンニク大さじ 1(10g)、おろし生姜 小さじ 1/2(2g)、砂糖 大さじ 2(20g)、料理酒 大さじ 1(15ml)、胡椒, ごま油 大さじ 1/2(7ml))

2) 基本情報

- ・ 調理時間: 30 分
- ・ 分量: 2 人分基準

3) 料理の過程

01. 豚カルビは油部分を除去し 4~5 箇所切り目を入れる。
02. 大きなボールに豚カルビを入れて豚カルビが浸かるように、水を入れて 1 時間程度血をなくす。
03. 熱湯に豚カルビを入れてゆでた後、水気をとる。
04. 玉ねぎは 3~4 等分する。にんじんは四方 4cm の大きさに切った後の角を丸く削る。赤トウガラシは斜めに切る。
05. ボールに味付けの材料を入れて豚カルビを入れて混ぜて 1 時間以上眠らせる。
06. 鍋に豚カルビ、にんじんを入れ沸かす。煮えたったら蓋をして弱火にして煮込む。(約 30 分)
07. ふたを開け、玉ねぎを入れて煮る。
08. 汁がほとんど減っていくと、赤トウガラシを入れて煮る。