

豚塊肉の塩釜

**調理時間**

約60分

カロリー

244kcal

材料

(6人分)

粗塩	800g
卵白	2個分
パセリ(みじん切り)	大さじ1
刻んだタイム	大さじ1
刻んだローズマリー	大さじ1
豚肩ロース肉(塊)	600g
オリーブ油	適量

作り方

- 1 ボウルに粗塩を入れ、卵白を少しずつ加えて混ぜる。さらにパセリ、タイム、ローズマリーを加えて混ぜる。
- 2 豚肩ロース肉にオリーブ油をまんべんなく塗っておく。
- 3 ココットダッチオーブンにクッキングシートを敷き、(1)の半量を敷き詰める。(2)をのせ、残りの(1)で豚肩ロース肉を包み、蓋をしてグリルに入れる。
- 4 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを25分に設定し加熱する。消火後、そのままグリルの中で25分余熱する。

塩釜を割るのも楽しい、パーティーにぴったりの料理です。