

## 豚肉のソテー ～アンチョビケーパーバターのせ～

ケーパーの酸味とほろ苦さがアクセントになったバターがソース代わり。  
このバターは牛肉や白身魚のソテーにもぴったりです。

### 🍷 材料(1人分/バター6人分)

#### ☆アンチョビケーパーバター

- 無塩バター…100g
- GABAN® ケーパース…20g
- GABAN® フィレアンチョビ…7g
- GABAN® パセリみじん切り…0.5g

#### ☆豚肉のソテー

豚肩ロース肉…200g

- 塩…2g
- GABAN® ブラックペッパー荒挽…0.2g

しいたけ…40g

しめじ…25g

まいたけ…20g

エリンギ…15g

アンチョビケーパーバター…20g

サラダ油…15ml

### 🍲 レシピ (所要時間:30分※)

- ① バターは室温にもどしておく。フィレアンチョビはみじん切りにする。
- ② ボウルに①、ケーパース、パセリを入れて混ぜ、ラップなどで筒状に巻き、冷蔵庫で冷やしておく。
- ③ 豚肩ロース肉はスジを切り、塩・ブラックペッパー荒挽をふっておく。
- ④ きのは石づきを切り、しいたけは半分の大きさ、しめじ、まいたけは小房にする。エリンギは半分の大きさに切る。
- ⑤ 熱したフライパンにサラダ油を入れ、③を焼いて取り出し、④を入れて炒め、塩・ブラックペッパー荒挽少々で味を調える。
- ⑥ 焼いた豚肉を食べやすい大きさに切る。
- ⑦ 器に炒めたきのこ、⑥を盛りつけ、アンチョビケーパーバターをのせる。

※バターを冷やす時間は含みません。