豚肉のハーブ焼き(ローストポーク)



材料 (4～6人分)

豚肩ロース肉(ブロック)	400g
ハーブソルト(または塩)	小さじ1強
こしょう	適量
ニンニク(薄切り)	1片
サラダ油	大さじ1
ジャガイモ	2個
ニンジン	1本
ローズマリー	適量
(タイム・セージなどもあれば)	

作り方

1. 豚肉にハーブソルト、こしょう、ニンニクをすり込む。ジャガイモは皮をむいて4等分にし、ニンジンは乱切りにする。
2. フライパンを熱しサラダ油大さじ(1)を入れて、(1)の肉の全面に焦げ目を付ける。
3. ダッチオーブンにオーブンシートを敷き、オーブン内網を入れ肉を中心に置く。(1)のジャガイモとニンジンを肉の周りに入れてローズマリーをのせ、蓋をしグリルに入れる。
4. オーブン機能を選択し、タイマーを25分に設定する。グリルを点火する。消火後はそのままグリルの中で20分休ませる(余熱)。

肉の形により加熱時間は少し変わります。正方形では25分、長方形では20分が目安です。肉の形を整えるため、たこ糸を巻いてもよいでしょう。