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な料理です。