「すみdeイート」開幕! 岩手の春いただきます

こんにちは、サキです。春ですよ~。すみdeイートもいよいよシーズン・イン! 春になったらやっぱり「すみdeイート」ですね。今回は「炭火の魅力再発見!!」と題して、岩手木炭を使って、岩手の食材と春の旬をたっぷり楽しんじゃいますよ。

今回のメニューは、岩手県産の「味噌ガーリックトンテキ」をメインに、アスパラベーコン、豆腐の田楽みそ焼き、そしてデザートには、なんと! パイナップルのまるごと焼き! 豪華に作っていきまーす!

下ごしらえが命! 極厚トンテキを焼くぞー♪

やっぱりバーベキューと言ったらお肉でしょ! 準備が良いサキは、3㎝もある肉厚な豚肩ロースを、昨日の夜から仕込んでおきましたよ。釜石の藤勇醸造さんの赤味噌、出汁、みりん、そしてニンニクを混ぜたタレに一晩じっくり漬け込みました。このひと手間が美味しさの秘訣なんです。

網にお肉をのせた瞬間、「じゅわ~」と味噌の香ばしい香りが広がってきた~! こんなに分厚いお肉だけど、岩手木炭なら大丈夫。火が長持ちするし、遠赤外線効果で中までふっくら火が通るんですよね~。何度も焼いてきた私にお任せあれ♡

春の味覚! アスパラ&ばっけ味噌

お肉を焼いている間に、アスパラベーコンも作りますよー。アスパラにベーコンを巻いて…。結構難しいよ。でもなんとか巻けました~。そのままトンテキと一緒に焼きます。アスパラとベーコンの相性はもう最高!

そして、これぞ大人の春の味! 「ばっけ味噌」。串に刺した豆腐をこんがり焼いて、ばっけ味噌をたっぷり塗っていただきます。楽しみ楽しみ!!

一晩仕込んだ、肉厚トンテキ実食!!

さてと、上手に焼けたかな。お肉の表面は味噌でこんがり黒くなっているけど、中まで火を通すには、これがいいの。ナイフを入れると、中から肉汁がじゅわ~っとあふれだしてきた!

一晩漬け込んだおかげで、驚くほど柔らかくてジューシー!! 外はカリッと、中はしっとり。藤勇醸造さんの赤味噌がいい仕事してます。ご飯がほしくなる~ 大成功!!

豪快な焼きパイナップル♡

最後はデザート。見て、このパイナップル! 皮がついたまま、豪快にまるごと炭火で焼いちゃいます。じっくり焼き目をつけて、皮が焦げたところで……完成!! えっ? 真っ黒? 大丈夫!! 大成功だよ♡ 切ってみると、中から熱々の果汁がドバドバあふれてくるよ! ジュースィー!!

立ち上る甘い香りがたまらない~。焼くことで甘みがギュッと増して、最高にリッチなデザートになりました。

最高のシーズン幕開け

すみdeイート、炭火の魅力再発見!! ふっくら焼けたトンテキに、アスパラベーコン、ほろ苦いばっけ味噌、そして甘い焼きパイナップル。岩手木炭は火力が安定しているから、じっくり焼くことも豪快に焼き上げちゃうこともできて万能。「すみdeイート」シーズンの幕開けに、お腹も心も大満足です。今年はどんな美味しい出会いが待っているんだろう。今から楽しみなサキなのでした。

IWATE 岩手応援隊 OHEN-TAI

岩手トヨペット　岩手トヨタ　ネッツトヨタ岩手
レクサス盛岡　北州ぷりん㈱　あべはんグループ
川口印刷工業㈱　永代印刷㈱　山口北州印刷㈱
㈱きくち葬儀店