



ムークローブ(豚バラ肉のカリカリ揚げ)

หมูกรอบ

ムークローブとは、カリカリに揚げた豚バラの事です。作り方自体は簡単で、調味料もほとんど必要無いです。豚バラブロックは皮付きのものが become 必要になるため入手難度が高いです。街のお肉屋さんや肉の取り扱いが多いスーパー等で売っていることがあります。ネット通販であれば確実に入手できるので、近所で見つからない場合はおすすめです。

材料

<材料>

豚バラ肉ブロック(หมูสามชั้น | ムーサームチャン) 250g ※皮つきがおすすめ。

塩(เกลือ | クルア) 適量

酢(น้ำส้มสายชู | ナムソムサーイチュー) 小さじ2杯

手順

①豚バラ肉を茹でる。

鍋に水と塩小さじ2杯ほどを入れます。

沸騰したら豚バラ肉のブロックを入れ、15-20分ほど茹でます。茹で上がったらずルにあげ粗熱を取ります。

②茹で上がった豚バラ肉に穴をあけ味付けをする。

粗熱が取れたら皮の部分にフォークなどでザクザクと穴をあけていきます(たくさん刺した方がクリスピーな仕上がりになります)。

その後、皮目に塩を塗り込んでいきます。数分すると水分が出て来るのでペーパータオルで拭き取り、その後皮目にお酢を塗ります。

米酢だと酸味が強すぎるのでタイのお酢が手元になければこの手順は省略してもOKです。

お酢を塗り終わったら小さじ1杯ほどの塩を皮目以外の全体に塗り込みます。

③豚バラ肉をオーブンで焼く。

豚バラ肉を160度位のオーブンに入れ、1~2時間ほど焼きます。オーブンにより仕上がりが変わりますので、皮がパリッとするまで様子を見て焼いてください。

④豚バラ肉を揚げる。

オーブンから豚バラ肉を取り出し油で揚げます。火を付ける前の油に入れ弱火~中火でゆっくりと揚げてください。皮がパリッと、カリカリになるまで揚げます。皮目が唐揚げの衣のように気泡を含んだ状態がベストです。

揚げたら粗熱を取り、食べやすい大きさにカットして完成です。