

2人前

約15分



直径
約25cm 産直豚「桃豚」と水菜のハリハリ鍋です。

- ① 鍋にタレと水700ccを入れ、中火にかけて煮立たせる。豚肉、白ネギ、椎茸を入れて5分程煮る。
ポイント アクが出れば、さっと取り除きましょう。



- ② 食べやすい大きさに切った豆腐を入れ、3分程煮る。

ポイント 火加減は中火～弱めの中火で、調整してください。



- ③ 水菜を入れ、ふたをして2分程煮る。煮えたものから取り分けていただく。

ポイント 水菜のシャキシャキとした食感を活かすため、火を通し過ぎないようにしましょう。



おすすめの薬味やシメ

一味や七味唐辛子、すりごまなど
がよく合います。

最後のシメは、うどんや雑炊がお
すすめです。蕎麦やお餅を入れても
よく合います。



*食材セットに使用される材料(肉・魚等)は十分に中まで火を通して調理してください。※火加減や加熱時間は目安です。各家庭の調理器具によつて多少異なりますので、様子を見ながら加減してください。※計量の目安について 1カップ…200cc、大さじ1…15cc、小さじ1…5cc

お届けの食材 *野菜は洗浄済み

| | | | |
|---------|------|-------------|------|
| 豚バラ切落し肉 | 120g | 椎茸 | 40g |
| 水菜 | 150g | 豆腐 | 150g |
| 白ネギ | 80g | タレ(鶏鍋用わらした) | 1袋 |

ご用意いただく食材

| | |
|---|-------|
| 水 | 700cc |
|---|-------|

今回のメニューを手軽に再現

上記の食材を準備し、
手順は左記のレシピを参照してください。

タレ

| | |
|----------|----------|
| しょうゆ | 大さじ1・1/2 |
| 酒・みりん | 各大さじ1 |
| 砂糖 | 小さじ1 |
| 和風顆粒だしの素 | 小さじ2 |
| 塩 | 小さじ1/2 |

作り方

- タレの材料を容器に入れてよく混ぜ合わせる。
- 豚肉は食べやすい長さに切る。
- 水菜は4~5cm長さのざく切りにする。白ネギは1cm幅の斜め薄切りにし、椎茸は石づきを切って食べやすい大きさに切る。

作り方は下準備と手順1~4を参照してください。

一言コメント

椎茸が小さい場合は、切らずにそのまま加えてください。
お好みのきのこのを加えてもよく合います。