

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

# きのこたっぷり!ごま豆乳鍋

調理時間

20分

1人分

454kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



しめじ

+

使ったのはコレ!



ミツカン  
ごま豆乳鍋つゆストレート

# きのこたっぷり!ごま豆乳鍋

## 材料/4人分

豚バラ肉 薄切り……………300g  
白菜……………1/4個(625g)  
長ねぎ……………2本  
水菜……………1袋(150g)  
エリンギ……………1パック(100g)  
しめじ……………1パック(100g)  
まいたけ……………1パック(100g)  
ひらたけ……………1パック(80g)  
にんじん……………1/2本  
油揚げ……………1枚  
ミツカン ごま豆乳鍋つゆストレート…1袋

## 作り方

- ①豚バラ肉は5cm長さに切る。白菜はザク切りにする。長ねぎは斜め切りにする。水菜は5cm長さに切る。エリンギは4等分に切る。しめじ、まいたけ、ひらたけは石づきを取り、小房に分ける。にんじんは型で抜く。油揚げは短冊切りにする。
- ②鍋に、「ミツカン ごま豆乳鍋つゆストレート」をよく振ってから入れて火にかける。沸騰したら水菜以外の①を入れ煮込む。
- ③仕上げに水菜を加え、ひと煮立ちさせる。