

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

本格鍋のだしは、白だしと水だけで決まり!

山と海の幸たっぷり・ごちそう鍋

調理時間

20分

1人分

278kcal



※写真はイメージです。

冬の旬食材



大根

+

使ったのはコレ!



キッコーマン
旨みひろがる
香り白だし



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



山と海の幸たっぷり・ごちそう鍋

材料/2人分

大根	200g
白菜	1/8株
葱	1本
人参	1/3本
まいたけ	1パック
水(牡蠣下処理用)	250ml
塩(牡蠣下処理用)	小さじ2
牡蠣	100g
水	400ml
① キッコーマン 旨みひろがる 香り白だし	1/2カップ
豚しゃぶ用肉	200g
たら	4切れ(160g)
おろし生姜	お好みで
柚子	お好みで

作り方

- ①大根は長めにスライスする。白菜は食べやすい大きさに、葱は斜め切りにする。人参は、3mm幅にスライスして型抜きする。まいたけは小房に分ける。ボウルに水と塩を入れて混ぜ、牡蠣を入れ、汚れがなくなるまで水を変えて数回洗い、水気を切る。
- ②鍋に①、①の野菜、豚肉、牡蠣、たらを載せて蓋をし、火にかける。
- ③煮立ってきたら、あくをすくい、再度蓋をして1分ほど煮る。お好みでおろし生姜、柚子を添えて完成!