



※写真はイメージです。

旬のたらで、さっぱり水炊きはいかがですか？

たらとおもちの鍋

旬のたらで、さっぱり水炊きはいかがですか？

たらとおもちの鍋

材 料 (4人分)

たら切身	4切
はくさい	1/4切
白ねぎ	2本
もち	4個
みず菜	1/2袋
生しいたけ	4本
洋にんじん	少々
昆布(5cm角)	1枚
ミツカン 味ぼん® (ぼん酢)	適量

作り方

1. はくさい、みず菜は食べやすい大きさに切り、白ねぎは斜め切りにする。洋にんじんはお好みの食べやすい形に切る。生しいたけは飾り切りにする。
2. もちはお好みで両面に焼き目をつける。たら切身はひと口大に切る。
3. 鍋に昆布と水(分量外)を入れて火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出す。
4. 1、2を入れて煮えたものからぼん酢でいただく。