

# コマツナのみぞれ鍋



## 材料（4人分）

コマツナ	……	1袋
塩	……	ひとつまみ
ダイコン	……	1/2本
だし汁	……	200cc
豚バラ肉	……	100g
片栗粉	……	大さじ1
ショウガ	……	小1片
A しょう油	……	大さじ2
砂糖	……	大さじ1
みりん	……	大さじ1

## 作り方

- 1) コマツナを、塩を入れた熱湯でさっと茹で、3cm幅に切って軽く水気を切る。
- 2) ダイコンをすりおろし、軽く水気を切る。
- 3) 鍋にだし汁を入れて熱し、3cm幅に切った豚肉を加えて煮る。アクが出たらすくい取る。
- 4) 弱火にし、Aと①のコマツナ、②のダイコンを加える。
- 5) 強火にし、大さじ1の水で溶いた水溶き片栗粉を加えてさっと煮る。
- 6) すりおろしたショウガを入れたらできあがり。



とろみがついたショウガ風味のみぞれ鍋で体ぽかぽか♪



JAこうか  
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

