

【花山椒鍋】

【材料】 2人前

- ★水 800cc
- ★鍋用だし昆布 5cm位
- ★鰹節 15g
- ★醤油 大さじ2
- ★酒 大さじ2
- ★天然塩 小さじ1

【具材】

- ★花山椒 50g
- ★しゃぶしゃぶ用牛肉 300g
- ★絹ごし豆腐 1丁
- ★しいたけ4枚
- ★たけのこの姫皮を使わず穂先の柔らかいところを入れてもOK!



【作り方】

- ①花山椒はさっと水を流してざるに揚げ水気を切ります。
- ②昆布を水に浸け、30分ほどしたら火にかけ、沸騰直前に昆布を引き上げ、鰹節を加えて火を止め鰹節が沈んだら漉します。
- ③土鍋に出汁、醤油、塩、酒を加え煮たて、豆腐、しいたけを加えて火が通ったら火を弱めます。
- ④牛肉、花山椒を加えさっと火を通して取り分けます。

《コツとポイント》

花山椒も牛肉も火を通し過ぎない方がおいしいです。
豚肉や鶏肉を使っても美味しいと思います。