

2007. タキイ 最前線 冬春号



※詳細はタキイのホームページをご覧ください。 <http://www.takii.co.jp>

下ごしらえが終わったら、あとは鍋に入れて
こがさないよう煮込むだけ。ハクサイの持ち
味を生かしたメニューです。

ハクサイまるごと煮

材料（8～10人分）

ハクサイ…1玉 白ネギ…1本 ショウガ…10g 豚ば
らかたまり…400g ゆでたウズラの卵…8個 すき焼
きのタレ…100cc

作り方

- 1 ハクサイは白い芯と青い葉の部分に分け、それぞれ4cm角に切る。白ネギは4cmの筒切りにする。ショウガはよく洗い、皮つきのままスライスする。
- 2 テフロン加工のフライパンに豚ばら肉を入れ、油をひかずに焼く。肉の油が染み出てきたら、キッチンペーパーで拭き取りながらさらに焼き、1～2cm幅に切る。
- 3 深鍋に2、ウズラの卵、白ネギ、ハクサイの芯、ショウガの順に入れ、上からすき焼きのタレを回しかけて蓋をし、弱火で約50分煮る。
- 4 ハクサイの芯にしっかり味がのったら、ハクサイの青い部分を加え、蓋をしてさらに3分ほど加熱すればできあがり。
- 5 盛りつける際は、豚肉を好みの大きさに切り分ける。