

バラエティ豊か!



おうちで

国産もつ・ ホルモン料理に チャレンジ!

博多名物といえば!
もつ鍋



材料(4人分)

もつ鍋

もつ(牛小腸・牛しま腸など)	400g
キャベツ	1/2玉
ニラ	1束
にんにく	適宜
唐辛子	適宜

スープの調味料(あらかじめ、混ぜておく)

水	1000ml
鶏ガラスープの素	大さじ2
醤油	大さじ2
みりん	大さじ2
酒	大さじ2
オイスターソース	小さじ2
味噌	大さじ1
ブラックペッパー	少々

作り方

- 1 キャベツは一口大に切り、ニラは4cmの長さに切る。
- 2 もつはサッと湯通ししてアクを取る。
- 3 スープの調味料をあらかじめ混ぜておく。
- 4 スープを鍋に入れ沸騰したら、もつを加える。
- 5 野菜を入れ、にんにくと唐辛子を加えて煮立てる。

