



みずなと豚しゃぶのポン酢和え 秋



材料(4人分)

みずな	1/2束(約150g)
豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)	
	150g
酒	100cc
調味料	
┌ ポン酢	120cc
└ ごま油	大さじ2
いりごま	大さじ1

作り方

1. みずなは5~6cm長さに切る。
2. 鍋に水をたっぷり入れ、酒を加えて沸かし、みずなを入れてさっとゆでてザルに上げる。
次に豚肉をゆでてザルに上げる。
3. 豚肉は大きければ食べやすい大きさに切り、みずなとボウルに入れ、調味料で和え、いりごまを散らす。

調理のポイント

- みずなは生のまま使ってもよい。シャキシャキとして歯切れ、風味ともよい。