

【豚汁】

■ 材料

大根	500g
人参	500g
玉ねぎ	500g
ごぼう	250g
こんにゃく	250g
豚小間切れ肉	750g
★醤油	50g
★みりんタイプ調味料	50g
★おろししょうが	50g
味噌	350g
水	3,500g

■ 作り方

① 野菜の下処理をする

- ・大根 → 皮をむいてカット（いちょう切り / 5mm幅）する。
- ・人参 → 皮をむいてカット（いちょう切り / 5mm幅）する。
- ・玉ねぎ → 皮をむいてカット（半月切り / 2mm幅）する。
- ・ごぼう → 包丁の背で皮の汚れを落としカット（斜めスライス / 2mm幅）する。
- ・こんにゃく → カット（四角く / 2mm幅）する。

※ごぼうとこんにゃくは、水に浸して灰汁を取る。

② ①と水を鍋に入れて強火で加熱する

③ 沸騰してきたら灰汁を取り、中火で15分加熱する

④ ③に豚肉と★の調味料を加え、お肉に火が入るまで加熱する

※固まらないようにほぐして入れる

⑤ 灰汁を取り、火を止めてから味噌を解く

⑥ 粗熱を取った後、冷蔵庫で保管する