
豚肉と冬野菜のチゲ風

〈材料〉	2人分
豚バラ肉	100g
豆腐	150g
大根	100g
白菜	100g
きのこ	50g
白菜キムチ	100g
にんにくみじん切り	小1かけ分
昆布革命	5g
ごま油	小さじ1
酒	大さじ2
水	600cc
醤油	



〈作り方〉

豚肉は一口大に切って塩こしょうをふる。大根は5cm 長さの短冊切り。白菜の芯は棒状に切り分け、葉は食べやすい大きさにちぎる。きのこは食べやすい大きさに。白菜キムチも食べやすい大きさに切り分ける。豆腐は4等分に切る。

土鍋にごま油を加えてにんにくを炒め、豚肉を加える。肉の色が変われば酒、大根、白菜の芯、昆布革命、水を加えて沸いたら火を弱めて5分ほど煮る。きのこ、キムチ、豆腐を加えて5分ほど煮て塩で味を調え、醤油を加える。

- ★ 作りやすい材料で美味しくスープのみきるマイルドな辛味のチゲ。
より赤く辛くしたい場合は粉唐辛子、コチュジャンを加える。