

白菜と豚バラの重ね鍋



で時短レシピ

30分

温かくて、健康的で旨味たっぷりのお鍋を時短で作るなら、この白菜と豚肉のミルフィーユ鍋をご提案。優しい甘みの白菜と香り高いスペイン産エクストラバージンオリーブオイルで、一口ごとにとろける味わい。ご家族みんなでお楽しみください！

材料 (2人分)

- スペイン産エクストラバージンオリーブオイル 大さじ1
- 白菜 1/2株
- 豚バラ薄切り 300g
- 昆布 10cm四方
- だしの素 大さじ1
- 水 6カップ
- 醤油 大さじ2
- 天然塩 大さじ1/2

作り方

1. 白菜は1枚ずつはがし、白菜と豚肉を交互に4回重ねる。
2. 重ねた白菜を5cm幅に切る。
3. 鍋の底に昆布を敷く。
4. 切った白菜を鍋の縁に沿って敷き詰める。これを3、4回繰り返す。
5. 顆粒だしの素をまんべんなくふり入れ、スペイン産エクストラバージンオリーブオイル、醤油、塩、水を加えて火にかける
6. 沸騰したらフタをして煮る。火が通ったら召し上がれ！



スペイン産
オリーブオイル

WORLD LEADERS