

豚ニラ鍋 レシピ

Recipe of butanira nabe

材料 2人前

豚バラ肉	500g くらい	めんつゆ	適量
ニラ	3束 くらい	ラー油	適量
生ラーメン	2食分 くらい	ごま油	適量
鶏ガラスープ	2000cc くらい	胡椒	適量
醤油	適量		

1. タレを作る イメージ的には小さいボールに 1/3 程度作っても OK です

- ・ニラ（1/4 束）を細かくこまかーくみじん切りにします※すり潰すくらい
- ・ニラ（1/4 束）を普通にみじん切りにします
- ・ボールにニラを入れ、醤油（たっぷり）ラー油（好きなだけ）ごま油（好きなだけ）めんつゆ（少量）を入れて混ぜます
- ・よくかき混ぜて、ラップをし、冷蔵庫で熟成（2～3時間がいいみたいです）

2. 食料を準備する

- ・残りのニラを 10～15センチ程度に切ります
- ・豚バラ肉を 5～10センチ程度に切ります
- ・上記2点お皿に盛って、テーブルへ
- ・テーブルにセットしたガスコンロに、土鍋を準備します
- ・キッチンコンロにたっぷり鍋を準備し、鶏がらスープを作成します
- ・煮立ったら、テーブルにあるガスコンロにいれます（半分くらいは残しておく）
- ・冷蔵庫から漬けておいたタレを出してください
- ・ラーメンは最後に茹でてください

3. 食べる

- ・鶏がらスープに、切ったニラと豚肉を適量入れて、火が通るまで待ちます
- ・火が通ったら、小鉢に、鍋の鶏がらスープを少量と作ったタレを少量入れます（少し濃い目で）
- ・小鉢の中の味が整ったら、ニラと豚をタレに付けて食べます
- ・同じように茹でながら、しばらく食べます
- ・ニラと豚が 1/3 程度になったら、ラーメンをキッチンコンロで硬めに茹でます
- ・茹で上がったら、湯きりして、テーブルコンロへ投入してください
- ・鶏ガラスープとタレをたっぷり小鉢にいれ、胡椒で味を調えながらラーメンをつけて食べます