



※写真はイメージです

## 豚しゃぶ鍋

with クイーンズ伊勢丹オリジナル  
 マメなくらしの九州産  
 フクユタカ大豆100%絹とうふ



## 豚しゃぶ鍋

### [ 材料 (2人分) ]

マメなくらしの九州産 フクユタカ大豆100%絹とうふ	1/2丁
豚肉(ロースしゃぶしゃぶ用)	250g
しめじ	1パック
水菜	1把
にんじん	1/2本
水	800ml
昆布	10g

### [ つくり方 ] 調理時間: 約 15 分 (※昆布だしをとる時間は除く)

1. 水を張った鍋に、かたく絞ったふきんで拭いた昆布を入れ、1時間ほど置く。
2. 豆腐は4等分、水菜は5～6cmに切り、しめじは石突きを切り小房に分ける。にんじんは皮をむき、ピーラーで薄く削るように切る。
3. 1の鍋を火にかけ、沸騰する前に昆布を取り出す。
4. 沸騰してきたら、豚肉や豆腐、野菜などを鍋に入れる。火が通ったらポン酢や胡麻だれなど、好みのたれにつけて食べる。  
※はうどんがおすすめです。



**QUEEN'S ISETAN** Original  
 クイーンズ伊勢丹オリジナル  
 マメなくらしの九州産  
 フクユタカ大豆100%絹とうふ

富士山の伏流水、鳴門ののがりを使用し、大豆の甘みとコクを引き出しました。

〈 レシピ提供元: さとの雪食品株式会社 〉  
 〈 発行: 株式会社 三越伊勢丹フードサービス 〉