

# 「寒締め吾郎丸®」の 常夜鍋

ホウレンソウのレシピ



「寒締め吾郎丸」の甘みと食感が  
シンプルに味わえる、寒い冬に温まるレシピ

## 材料 (2人分)

ホウレンソウ「寒締め吾郎丸」1袋(約200g)  
豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)……………200g  
えのき……………1袋(約200g)  
ミニトマト……………6個  
だし汁……………適量  
ポン酢……………適量  
大根おろし……………適量

## 作り方

- ① 「寒締め吾郎丸」は根元までよく洗い、葉が大きい場合は食べやすい大きさに切る。えのきは根元を切り落とし、軽くほぐす。
- ② 鍋にだし汁を入れて煮立たせ、豚肉、えのきを入れる。
- ③ 豚肉に火が通ったら「寒締め吾郎丸」とミニトマトを入れ、さっと火を通す。
- ④ ポン酢に大根おろしを入れ、たれを添える。

## ポイント

- 「寒締め吾郎丸」はあくが少ないので、常夜鍋におすすめです。※気になる方は下ゆでしてください。
- 根元の部分も甘みが強く栄養素も含まれるので、株ごと利用しましょう。
- 「寒締め吾郎丸」の食味や食感を味わうため、加熱し過ぎないように注意します。
- お好みのたれにつけてもおいしいです。