

料理名			日田が生んだキセキのゆず鍋		
チーム名			料理人の卵		
下準備時間 : 30分			調理時間 : 80分		
材料 (10人分)			作り方		
猪肉 (バラ)	200	g	1 ①鍋に水と昆布を入れ、30分つけておく。火にかけて沸騰直前に昆布を取り出す。ひと煮立ちさせて、火を止めて、かつお節を加える。さらしで漉す。 ②小鍋に、酒とみりんを入れ、沸騰させる。 ③1と2を合わせ、塩と薄口醤油を入れる。 椎茸を水でもどす。 2 野菜を切る。 大根：いちょう切り、人参：型抜きをする、ごぼう：さがき、白菜：形を整える、ねぎ：斜め切り、えのき：石づきを取りほぐしておく、豆腐:1人分に切る 3 ミンチ (肉団子) 人参:みじん切り、ごぼう：角切り、ゆずの皮：みじん切り ミンチに、人参、ごぼう、ゆずの皮、卵、塩、片栗粉をまぜる。 4 鍋に、だしと椎茸のもどし汁を入れ、大根、人参、白菜のしん、ごぼうを入れ、沸騰させる。 5 沸騰したら、肉団子を入れ、あくをとる。 えのき、白菜の葉、椎茸、ねぎを入れる。 6 猪肉を入れ、あくをとる。 豆腐を入れる。 7 ゆずの果汁を入れ、火を止める。		
大根	160	g			
人参	30	g			
えのき	150	g			
木綿豆腐	200	g			
ごぼう	100	g			
白菜	300	g			
ねぎ	50	g			
椎茸	10	枚			
500ccの水でもどす。 だしを300ccとる。					
昆布	10	g			
かつお節	20	g			
みりん	140	cc			
酒	140	cc			
塩	6	g			
薄口醤油	16	cc			
ゆず (果汁)	100	cc			
水	1,200	cc			
猪ミンチ	200	g			
ごぼう	30	g			
人参	60	g			
卵	130	g			
塩	8	g			
片栗粉	15	g			
ゆず (皮)	10	g			
			※ 10人分のレシピです。		