

ブリのしゃぶしゃぶ鍋・ゆずポン酢

材 料 4人分



・ブリ	適量
・キャベツ	1/2玉
・白ねぎ	4本
・椎茸	4個
・えのき茸	1束
・春菊	1/2袋
・木綿豆腐	1/2丁
・だし昆布	10cm
●ゆずポン酢●	
・ゆず（絞り汁）	100ml
・みりん	100ml
・濃口しょうゆ	50ml

作り方

- ① 土鍋に水をはり、昆布を入れ、だしをとっておく
- ② キャベツ、白ねぎ、えのき茸、春菊は下処理を済ませ好みの大きさにカットしておく
- ③ 木綿豆腐も適度な大きさにカットしておく
- ④ ブリを薄く幅広く切って、皿に盛りつけておく
- ⑤ キャベツ以外の野菜を鍋の中へ入れ炊く
※キャベツは食感を楽しむのでしゃぶしゃぶの直前に鍋に入れる
- ⑥ ブリをしゃぶしゃぶし、ゆずポン酢をつけて食べる

【ゆずポン酢】

- ① ゆずの皮をおろし金でおろし、茶笥でボウルへ移す
- ② 皮をおろしたゆずをしぼる
- ③ ゆずのしぼり汁、みりん、濃口しょうゆを合わせて、食べる前におろした皮を入れて完成