

---

---

## 下仁田葱豚しゃぶ鍋の簡単レシピ

---

---

豚しゃぶのレシピは様々あります。このレシピにこだわることなく自由にアレンジして楽しくお召し上がりください。

1. 鍋 7 分目程度に水を入れ、だし昆布(5～10g 程度)を入れ 30 分ほどそのままに。
2. 下仁田葱は大胆・大きめに斜め切り、または丸太状に切ります。
3. 白菜は洗った後、適当な大きさに切ります。又は手でちぎってもいいです。
4. 椎茸は、ふきんやキッチンペーパーで表面を拭き、軸を切り落として適当な大きさに切ります。十文字に飾りを入れてそのままでもよいでしょう。  
※椎茸は無農薬栽培です。気になる場合は洗ってもよいですが若干風味が落ちます。
5. 舞茸は石づき部分を切り落とし、適当な大きさに手で小分けにします。  
※舞茸も無農薬栽培です。
6. 豆腐があれば適当な大きさに切ります。
7. 「細すぎてご麺」はさっと水洗いし、適当な長さになるよう包丁を入れます。「湯葉こんにゃく」もさっと水洗いします。
8. 1 の鍋に火を入れ沸騰したら中火にし、お肉以外をすべて入れ、再度沸騰したら弱火、蓋をして 5 分ほど待ちます。
9. 下仁田ポークしゃぶしゃぶ用ロース肉を入れ、お肉に火が通ったらできあがり！  
※お肉は煮込み過ぎないように。
10. 下仁田ねぎドレッシングを小鉢に入れ、それに軽く浸してお召し上がりください。

---

■こんにゃくと下仁田ねぎの【ぜいたく庵】

URL: <http://www.zeitaku.jp> Mail: [info@zeitaku.jp](mailto:info@zeitaku.jp)

---

〒370-2624 群馬県甘楽郡下仁田町東野牧 229-1

茂木食品工業株式会社

TEL : 0274-82-2626

---