

にらもつ鍋



▼材料（2人分）

- 豚白もつ肉 …300g
- にら …1束
- にんにく …4片
- 生姜 …1片
- A：
 - ・水 …1000cc
 - ・酒、砂糖 …大2
 - ・醤油 …大1
 - ・七味唐辛子 …小1
- 味噌 …大2

▼作り方

- ① 豚白もつ肉はぬるま湯でもみ洗いし、鍋にA、にんにくと生姜のすりおろしといっしょに、弱火でアクを取り除きながら20分煮る。
- ② 味噌とにらを加えてひと煮立ちさせる。