



11

雪国きのこと鮭の塩バター鍋

シンプルで、どこか懐かしい味わい。
濃厚なバターの香りがきのこのうま味と絡み合う。

【材料/4人分】

雪国まいたけ	1パック	コーン(缶)	100g
雪国えりんぎ	1パック	バター	60g
鮭(生)	4切	A 鶏ガラスープ(顆粒)	大さじ3
キャベツ	1/2個	塩	大さじ2
チンゲン菜	1パック	水	1200cc
長ねぎ	2本		
ジャガイモ	2個		

調理時間 約20分 | 約349kcal(1人分)

【作り方】

- 1 雪国きのこは食べやすい大きさにさく。
- 2 鮭は一口大に切り、皮側を焼き軽く焦げ目を付ける。
- 3 キャベツ、チンゲン菜はザク切り、長ねぎは斜め切り、ジャガイモは皮をむき半分にしてから1cmの輪切りにする。
- 4 土鍋に①、②、③、コーンを盛り込み、合わせたAを入れて火にかけ、具材に火が通ったらバターをのせてできあがり。



作り方のPoint

鮭は皮目を焼くと生臭さが無くなり、煮くずれしにくくなります。



ズバリ! おすすめはラーメン!

細麺&太麺、
お好みでどうぞ。