



ぷるんぷるんの  
モツから溶け出す  
金の味わい

## 鮮度が命! 生モツ金鍋(味噌)

### ○作り方



□ 野菜を軽く洗い、カットする。

※カット目安

- ・キャベツ : 4cm角
- ・ニラ : 5cmざくざり
- ・にんじん : 4cm 短冊きり
- ・大根 : いちょうざり  
(半分量はあらず)
- ・ごぼう : ささがき
- ・にんにく : スライス (もしくは、  
包丁の背でつぶす)
- ・もやし : よく洗ってください。



□ 3～4人前用の土鍋にモツを入れて焼いたあと、そのまま土鍋に鍋の素1袋と水600cc、カットした野菜をお好みの量だけ入れてふたを閉め、強火にかける。  
※モツを少量ずつ焼いてお召し上がりになる際には、土鍋ではなくフライパンで焼くのがおすすめです。



□【前菜】鍋が出来る時間もお楽しみ。生キャベツを前菜として。そのままでももちろん、鍋のスープに軽く浸してもおいしく召し上がれます。甘さを感じるこだわり農家のキャベツです。



□【完成!】土鍋から蒸気が出て、鍋蓋のふちにスープが上がってきたら食べごろです。  
※にんじんに火が通ったことを確認してください。  
※モツもよく加熱してしっかり煮込むとおいしく召し上がれます。



□【味変化!】“一回目”の鍋をさらったら、豆板醤を加えます。スープのコクに深みが増して、モツと野菜の甘みをさらに引き立てます。



□【メ(しめ)!】お鍋の火を止め、残りのスープと水600cc、半分量の乾麺を入れ、乾麺の袋の表示時間より1分多めにゆでます。おろし大根と生卵を絡めてお召し上がりください。

※鍋の汁が不足してきたら、添付のもう1袋の鍋の素を水で溶いて入れてください。このとき、最初にいれた鍋の素が煮詰まっている可能性もありますので、当初より50～100ccほど大目の水とあわせるなど、お好みで調整をしてください。