



## 【シイタケのピエンロー鍋】



今西祐子 (いまにし・ゆうこ) さん

## 材料 (2人分)

干しシイタケ (中)	6 枚 (30g)	戻し汁	200ml
白菜	700g	水	800ml
豚バラ肉 (薄切り)	150g	ごま油	大さじ 2
鶏もも肉	150g	塩	大さじ 1
春雨	40g		

## 手順

- (1) 干しシイタケは軽く洗って、たっぷりの水に 8 時間ほどつけて、冷蔵庫で戻しておく。  
戻し汁はこしながら、ボウルに移す。戻したシイタケは細切りにする。
- (2) 白菜は細切りにする。豚肉は 5 センチの長さに切る。鶏肉は一口大に切る。  
春雨は水で戻し、10 センチほどの長さに切っておく。
- (3) 土鍋に、水、戻し汁、白菜、シイタケを入れ、蓋をして中火で煮込む。
- (4) 鍋が一旦煮立ったら、豚肉、鶏肉、春雨を加え、アクを取りながら火が通るまで煮込んでいく。  
再度煮立ったら、塩、ごま油を加え、軽く混ぜ合わせたら完成。