

キムチ鍋（キムチチゲ）の作り方

（2～3人前）

【材料】

白菜キムチ・・・・・・・・・・300g
豚ロース薄切り肉・・・・・・・・200g
絹ごし豆腐・・・・・・・・・・1丁
長ネギ・・・・・・・・・・1本
生しいたけ・・・・・・・・・・4～5枚
春菊・・・・・・・・・・1/4束
煮干し・・・・・・・・・・50g
水・・・・・・・・・・4カップ

【調味料】

みそ（合わせ味噌か赤味噌）・・・100g
おろしニンニク・・・小さじ1
コチュジャン・・・大さじ2（コチュジャンはお好みで入れて下さい）

【作り方】

- 1.白菜キムチはひと口大に切ります。
- 2.豚肉を食べやすい大きさに切り、豆腐は大きめの角切りにします。
- 3.長ネギは、はす切り、しいたけは半分に、春菊は4センチ位の長さに切ります。
- 4.煮干しを水カップ4に浸してから火にかけ、沸騰したらアクを取る。
- 5.鍋に、煮干しで取ったダシを入れ、味噌、おろしニンニク、コチュジャンを溶かす。
- 6.ここに白菜キムチと豚肉を加えて少し火が通ったら豆腐、長ネギ、しいたけをいれる。
- 7.全体にグツグツ煮えてきたら最後に春菊を入れて出来上がりです。

「キムチのミズノ」の白菜キムチは煮干しや昆布でしっかりダシを取って作られております。ですので、この作り方にあるような煮干しなどであえてダシを取る必要はありません。

豚肉以外にも、タラなどの白身魚や牡蠣などを入れていただいても大変美味しいです。



キムチのミズノ

〒604-8304 京都市中京区黒門通御池上る織物屋町222-1

TEL (075) 822-6327 FAX (075) 821-0687

mizuno@kimchiya.com (ミズノ@キムチ屋.コム)

http://www.kimchiya.com (キムチ屋ドットコム)
