

# 豚じゃがキムチ



## [作り方]

### ① 豚肉を解凍する

- 豚肉は流水または電子レンジで解凍する。  
(前日に解凍している場合は不要です)

### ② 豚じゃがキムチの下ごしらえをする

- じゃがいもは水にくぐらせ耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジで3分加熱する。
- 豚肉は食べやすい大きさに切る。

### ③ 豚じゃがキムチを仕上げる

- 両手鍋にごま油を熱し、キムチと玉ねぎを入れて中火で1分程度炒める。
- 豚肉とじゃがいも、●を加えひと煮立ちしたらアクを取り除く。
- 落としぶたをし、時々混ぜながら中火で10分程度煮たら完成。

## 【お届けする食材】

- 豚ロースしゃぶしゃぶ用  
(冷凍)1パック(約200g)
- ※前日解凍がおすすめです
- 新じゃがいも1袋(約250g)
- 新玉ねぎ1袋(約250g)
- キムチ1パック(約100g)

## [材料]2人分

豚ロースしゃぶしゃぶ用	.....	1パック
新じゃがいも	.....	4/5袋(約200g)
*皮付きのまま4cm角に切る		
新玉ねぎ	.....	1/3袋(約75g)
*1cm幅のくし切りにする		
キムチ	.....	1パック
ごま油	.....	大さじ1/2
●酒	.....	大さじ1
●醤油	.....	大さじ1
●みりん	.....	大さじ1/2
●水	.....	250ml

## お届け食材でもう1品

※印の材料は別でご用意をお願いします

## 新じゃがいもの海苔バター炒め

[材料] 2人分

新じゃがいも ..... 1/5袋(50g)  
 ＊皮付きのまま1cm幅の半月切りにする  
 海苔 ..... 全形1/8枚  
 バター ..... 5g  
 塩 ..... 少々

[作り方]

- ①じゃがいもは水にくぐらせ耐熱容器に入れ、ラップをかけ電子レンジで2分半加熱する。
- ②袋に海苔を入れ細くなるまで揉む。
- ③フライパンにバターを熱し、じゃがいもを入れ中火で3分程度時々返しながら焼く。
- ④塩と海苔を加え、じゃがいもによく絡めたら完成。

## やみつき 新玉ねぎのピリ辛漬け

[材料] 2人分

葉ねぎ※ ..... 約1本(約10g)  
 ＊小口切りにする  
 新玉ねぎ ..... 1/2袋(約125g)  
 ＊軸を付けたまま2cm幅の串切りにする  
 ★白煎りごま ..... 小さじ1  
 ★醤油 ..... 小さじ2  
 ★みりん ..... 小さじ1  
 ★ごま油 ..... 小さじ1  
 ★水 ..... 大さじ2  
 ★砂糖 ..... ひとつまみ  
 ★おろしにんにく ..... チューブ約3cm  
 ★(お好みで)ラー油 ..... 小さじ1/4  
 なたね油(サラダ油) ..... 大さじ1/2  
 水 ..... 大さじ2

[作り方]

- ①耐熱容器に★を入れ、ラップをかけ電子レンジで1分加熱したら、葉ねぎを加える。
- ②フライパンになたね油を熱し、新玉ねぎを入れ中火で3分程度焼き色が付くまで焼く。
- ③水を加えふたをし、中火で2分程度蒸し焼きにしたら耐熱容器に加える。食べる直前まで味をなじませ完成。

注意

●電子レンジ使用時の表記は600W、トースター使用時の表記は1000Wまたは200°Cを基準にしています。(お持ちの家電に合わせて、時間を調整ください)

●加工食品の賞味期限をご確認の上、順にお作りください。●天候などやむを得ない理由により、食材を一部変更してお届けする場合がございます。●野菜は洗ってからお使いください。特に皮付きのままご使用いただく場合は、しっかり洗ってからご使用ください。カットした野菜を冷蔵庫保管後に再度使用する際には、断面を洗ってからご使用ください。皮をむく工程が書いていない場合は、皮付きでご使用ください。●商品の痛みやお届け時のトラブルは、下記サポートセンターまでご連絡ください。お買い物サイトからもお問合せいただけます。

サポートセンター 【電話】0120-158-183

【受付時間】月～金(祝日含む) / 午前9:00～午後5:00 土 / 午前9:00～午後1:00

大地を守る会  
 DAICHI MO MAMORU KAI

