

● 福島牛の焼きしゃぶ



材 料

- ・しゃぶしゃぶ用薄切肉
- ・水菜、パプリカ等 彩り野菜
- ・おろしポン酢(大根おろし 100g、レモン 大さじ1、醤油 大さじ1、みりん 大さじ1)

下ごしらえ

- ・野菜を食べやすく切っておく。
- ・ホットプレートは中火に温めておく。

調 理

- 1 おろした大根と調味料を合わせておろしダレを作る。
- 2 温めたホットプレートで野菜を焼く。
- 3 肉はさっと焼いてタレにつけて食べる。