

たら鍋

(味噌粕味)



食材

- ① 真だら 400g (切り身)
白菜 300g
長葱 2本
えのき 200g
とうふ 1/2丁

- ② オリジナル味噌粕たれ 2袋
水 800cc

作り方

- ②を鍋に入れ煮立て①の切った野菜の水菜以外と真だらを鍋に入れ煮立てる。
真だらに火が通ったら食べごろ。
※好みで真だちをいれても美味しいです。

主催 札幌市中央卸売市場 水産協議会 魚食普及委員会
後援 札幌市中央卸売市場 青果部運営協議会