



albis × House

寒い日にピッタリ!ミルフィーユ風鍋

albis 健康応援宣言  
「ちょっとプラスで、ずっと健康に!」

1人分の  
野菜使用量

150g

試して作って  
みよう!

## 豚バラ肉と白菜の重ね鍋

Recipe

[材料 4人前]

- 豚肉(バラうす切).....300g
- 白菜.....1/4株(500g)
- 長ねぎ.....1本(100g)
- 和風だしの素.....適宜
- しょう油.....大さじ2
- 酒.....大さじ3
- 塩.....小さじ1/3
- おろし生しょうが(大容量)・・・5g
- おろし生にんにく(大容量)・・・5g

ハウス食品株式会社  
おろし生しょうが(大容量)



「作り方」

- ①白菜の間に豚バラと長ねぎをはさんでいき、重ね終わったら5cm幅に切り、鍋に敷き詰める。
- ②だし汁を入れ、中火で煮る。醤油、酒、塩、にんにく、しょうがを混ぜたものを回しかけ、蓋をして5~6分煮る。