

食材2つだけ!

たら

×

キムチ



調理時間

20分

身体の芯から温まるピリ辛鍋

たらキムチ鍋

材料 (2人分)

生たら(切り身) …………… 4切れ

キムチ …………… 200g

にんにく …………… 2片

○鶏ガラスープの素(顆粒)

…………… 小さじ1

○酒 …………… 大さじ1

味噌 …………… 大さじ1~

(キムチの塩分により調節)

ごま油 …………… 大さじ1

1 材料を切る

たら、キムチは食べやすい大きさに切る。にんにくはスライスする。

2 煮る

鍋にごま油とにんにくを入れて弱火にかける。香りがしてきたらキムチを加えて2分炒め、水500ml(分量外)と○を入れて5分煮る。たらを加え、さらに5分煮る。味噌で味を調える。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索