

や すき焼きレシピ

つく かた 〇作り方

1. すき焼きの材料を切り、かまどの火をおこす

- ① すき焼きの材料を切る。

※材料は熱が通りやすいように、できるだけ小さく切ろう！

- ② 薪を割り、かまどに火をつける。

- ③ 大きい薪が燃えるまで火をおこす。

△鍋の底に燃えている薪が当たらないようにしましょう！

どうじ
同時にお米を炊き
はじ
始めていると、いいよ！



2. 肉を炒め、具材を入れる

- ① ダッチオーブンを熱し、油をしき、肉を十分に炒める。

- ② 肉を端に寄せ、他の具材をバランスよく盛り付ける。

- ③ 割り下を適量（半分くらい）回しかける。



3. 煮込む

- ① ダッチオーブんにふたをして、弱火～中火でグツグツ煮込む。

- ② 蓋をして白菜が半透明になった頃が食べ頃！

- ③ 味見をして味が薄ければ、割り下を注ぐ。

- ④ 味が濃ければ水（またはお湯）を足す。

△麩は割り下を吸収しやすいので注意してください。



4. 完成！！

- ① うどんは途中からでもメでもどちらでもよい。

△やけどしないように取り出して、熱いうちにみんなで食べよう。

