

第2弾!

温度管理が簡単♪

七日煮込み鍋で簡単お手軽レシピ

七日煮込み鍋を使ったレシピ もつ煮



七日煮込み鍋 #40 使用

材料

具材

- 豚もつ (約6~10kg)
- 人参 (約15本)
- 大根 (約6本)
- 蒟蒻 (約7枚)
- 根生姜 (お好みで)
- にんにく (約9個)
- 長ネギ (約3本)
- 水 (約30L)
- 味噌 (約2.5kg)
- 砂糖 (お玉1杯)
- 醤油 (約900ml)

作り方

- ① 豚もつはざっと洗って食べやすい大きさに切る。
その後、20~30分煮て、
根生姜を適量入れ下処理する。
※ 出てきた灰汁、脂はよく取る。
- ② 豚もつ下処理中に、
大根・人参を厚めの
いちょう切り、蒟蒻は
やや薄めの角切りにし
下茹でしておく。
- ③ すべての具材を七日煮込み鍋に入れ、
90℃をキープでよく煮込む。
根生姜、にんにくを適量入れる。
- ④ 大根が透明になったら、
砂糖・醤油・味噌で味付け。
※分量はお好みで。



★オススメ味付け★

醤油少なめ・味噌多め

★オススメ隠し味★

おろしにんにく・薬味ねぎなど!

煮込み例

※24時間経過(14時間保温調理)



煮込み例

※48時間経過(14時間保温調理)

