




ほうれん草のチーズしゃぶしゃぶ

【材料：4人分】

- ほうれん草 1袋 (480g) ●エリンギ 1パック ●プチトマト 8個ぐら
- い ●プロセスチーズ ●モッツアレラチーズ
- カマンベールチーズ ●スモークチーズ (チーズはお好みの物を適量)
- 薄切り餅 (しゃぶしゃぶ用 普通の切り餅でも可)
- <鍋つゆ> ●水 1ℓ ●顆粒コンソメ 4袋



【作り方】

1. ほうれん草を50度のお湯で1分、漬け洗いし、塩(大さじ2)を入れたたっぷりのお湯(2ℓ)で、まず茎を入れて10秒、次に葉も入れて10秒、茹でる。

2. 流水ですすいで、2分水に浸けてから、軽く絞り、食べやすい大きさに切る。

3. エリンギを食べやすい大きさに切る。
4. チーズも一口大に切る。
5. 「鍋に水、コンソメを入れて、鍋つゆを作る。」
6. エリンギを鍋に入れ、煮る。

7. とろ火にして、ほうれん草やプチトマト、チーズをしゃぶしゃぶして食べる。
チーズは5~10秒ぐら
いで(チーズの種類による)柔らかくなるので、そのチーズでほうれん草をくるんで食べる。

8. モッツアレラチーズと一緒に。



9. カマンベールと一緒に。



10. スモークチーズと一緒に。



11. プチトマトは熱いので、気をつけて食べよう。

12. 最後のシメは餅! 餅とチーズとほうれん草との相性は抜群。わが家はこの餅が大好きで、シメじゃなくて、最初から餅を入れて食べるんだ。

