



# 立方隊長一押しレシピ「EC-CUBEのお鍋」

調理時間：25分, 750kcal

ほかほかあったか、寒い日の献立に。EC-CUBEで大評判のお鍋です。

## 用意する材料

A 豚肉・・・300g  
 A ニラ・・・1束  
 A えのき・・・1袋  
 A キャベツ・・・1/4玉  
 A バナナ・・・1/2本  
 赤唐辛子・・・適量  
 アイスクリーム・・・M4箱  
 ※パニラ、抹茶、チョコのいずれか  
 EC-CUBEで販売しています

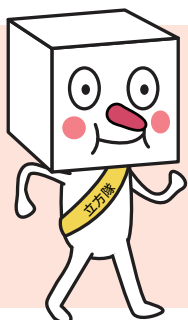
B ほんだし こんぶだし・・・18g  
 B 水・・・カップ4  
 B 酒・・・大さじ3  
 B しょうゆ・・・大さじ2  
 B 岩塩・・・小さじ1

ごま油・・・小さじ1  
 愛情・・・お好み  
 ※お相手に応じて分量を調節してください

## 作り方

- 1 アイスクリームをボールに取り、常温でしばらく置きます。
- 2 各具材Aを切り、土鍋にBを入れた後、Aの豚肉をほぐし入れて火にかけます。
- 3 煮立ってきたら、具材Aをすべて入れ、7～8分煮込みます。
- 4 最後に、ごま油とあからさまに愛情を注いでください。  
 ※シチュエーションによっては、必要のない場合がございます。  
 お相手によって分量を調整してください。
- 5 完成！  
 (1)のアイスクリームは冷凍庫に戻し、後日おいしく召し上がってください。

※お好みで、万能ねぎの小口切り、ゆずこしょう・友情などの薬味を添えてお召し上がりください。  
 ※その他、具材を適当に入れてお楽しみください。



## EC-CUBE 立方隊長がオススメする絶品ポイント！

このお鍋の絶品ポイントはなんと言っても、さりげなくニラの上におかれた「バナナ」。  
 独特の甘さが、お鍋を引き立たせ、食欲をそそり、たまりません。  
 お鍋とのコンビネーションが絶品です！

