



九州九州
とらふぐ



九州九州とらふぐ 身欠きセット



とらふぐの身 約400g、湯引きした皮 約20g、ひれ5枚入り



おすすめレシピ

九州九州とらふぐ鍋(てっちり)

材料：2～3人分

- ・九州九州とらふぐ身欠きセット(冷蔵庫で解凍)
- ・野菜：白菜、長ネギ、椎茸、えのき、春菊、豆腐などお好みで
- ・ポン酢・昆布(出汁取り用)

調理

- ①昆布を水戻し
- ②火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出す。
- ③先にふぐのあらを入れ、アクをとります。
- ④ふぐの身と皮、野菜等を加え、火が通ったら出来上がりです。

※ズはご飯と卵で雑炊に♪

※ひれは炙ってひれ酒で!