

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

外から芯まで軟らかい
ほんのり甘い
物もしっかり



丸ごと使って火の通りも早くて軟らか

娃々菜花牡丹鍋

材料（2人分）

娃々菜 1玉

豚ばら肉 100g

お好みのダシ、酒 1/2 カップ

調理手順

- ① 娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
- ② ①を中央部にまとめて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
- ③ お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて蓋をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗

わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。



品種育成者：トキタ種苗



わ わ さい 娃々菜

ベビーハクサイ

レシピ 丸ごと使って火の通りも早くて軟らか
娃々菜花牡丹鍋

材料 (2人分)
娃々菜 1玉
豚ばら肉 100g
お好みのダシ、酒 1/2カップ

調理手順
●娃々菜の付け根の芯に切れ目を入れ、鍋の深さに横に切る。
●①を中央部にまともて花に見立て、隙間に豚肉を詰める。
●お酒を入れてアルコールを軽く飛ばしたらダシを入れて煮をする。ポン酢などで。

