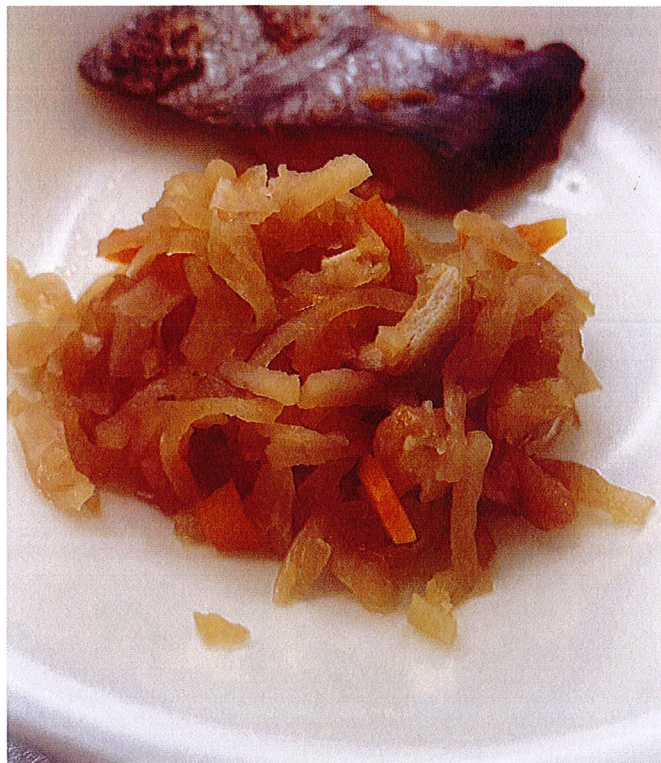


切り干し大根の煮物



切り干し大根に味がたろり染み込んだ

ほろとするメニューです!

和食の副菜にぴったりの煮物です。

材料 (1人分)

- ・切り干し大根
- ・にんじん
- ・刻みあげ

6g

4.5g

4.5g

調味料 (1人分)

- ・三温糖 0.9g
- ・濃口しょうゆ 4.5g
- ・うすくち醤油 0.95g
- ・だし汁 適量

作り方

~~作り方~~

1. 切り干し大根はぬるま湯で戻し、もみ洗いする。

水気をしぼってざく切りにする。

にんじんは細切りにする。



2. 鍋に材料を入れ、だし汁を具がくらくらひまで

入れて、柔らかくなるまで煮る。

