

お母さんの味『カボチャの煮物』

材料(作りやすい分量)

カボチャ	1kg (正味)
しょう油	大さじ4と1/2
みりん	大さじ6
砂糖	90g



*** 甘辛い味でご飯が進む！**

作り方

- ① カボチャはわたと種を取り除き、皮ごと大きめの乱切りにする。
- ② 大きめの鍋に水3カップ、しょう油、みりん、砂糖を入れて火にかける。
沸騰したら①を皮を下にして入れる。
- ③ 蓋をして強火で10～15分、崩れないように様子を見ながら煮る。
竹串を刺してすっと通るくらい柔らかくなったら、火を止め、そのまま冷めます。