

『かぶのえのき入りそぼろ煮』

材料(4人分)

かぶ	大2個(350g)
ひき肉	150g
えのき	大1袋
砂糖	小さじ2
みりん	大さじ2
しょう油	大さじ3
だし汁	2カップ
片栗粉(とろみ用)	大さじ2~3



作り方

- ① かぶの皮をむき、一口大に切る。葉も少し根元の茎を切っておく。
えのきは1cm弱位に細かく切る。
- ② 鍋にかぶ以外の調味料、ひき肉、えのきを入れ、ひき肉をほぐすように混ぜ火にかける。
- ③ お肉がほぐれたら、かぶを入れて、沸騰させ、アクと取り、中火で8分位落とし蓋をして煮る。
- ④ かぶの茎の部分を入れて、少し煮たら、水溶き片栗粉でとろみをつけて出来上がり!