

『キャベツと油揚げのさっと煮』

材料(4人分)

キャベツ 1 / 2 個

油揚げ 2 枚

【煮汁】

だし汁 2 カップ

みりん、薄口しょうゆ

各 大さじ 1

塩 小さじ 1



作り方

- ① キャベツは食べやすい大きさに切る。
- ② 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、冷めたら水気を絞ってとこ半分に切り、幅1cmに切る。
- ③ 鍋に煮汁の材料を合わせ、油揚げを入れて中火で5～6分煮る。
- ④ キャベツを加えて2～3分煮て器に盛る。