

『たけのこと厚揚げの煮物』

材 料

たけのこと	中1本
厚揚げ	1個
きぬさや	適量
だし汁	500ml
みりん	大さじ3
しょう油	大さじ3
塩	お好みで小さじ1/3



作 り 方

- ① 筍は、いちょう切り、厚揚げは縦半分に切り2cm幅に切る。
きぬさやは、さっと塩茹でし、斜め半分に切る。
- ② だし汁・みりん・筍を入れ、煮立てる。
- ③ 厚揚げ・しょう油を入れ、少し煮る。味が薄ければ、塩を入れる。
(甘いのがお好みの方は砂糖を加えてください。)
- ④ 厚揚げに味がしみたら、きぬさやを入れさっと混ぜて出来上がり。