

## ■材料(保存容器中1個分)

昆布	10cm
干しシイタケ	2枚
水	300ml
豚肩ロース肉(しょうが焼き用)2枚	
ニンジン	1/2本
水煮大豆	1袋(約170g)



## <調味料>

砂糖	大さじ1
しょうゆ	大さじ1と1/2

## ■作り方

1. 昆布と干しシイタケを分量の30～1時間ほど浸して戻す。
2. 昆布はと干しシイタケ、豚肉を1cm角に、ニンジン7mmのさいの目に切る。
3. 1の戻し汁と昆布、シイタケ、ニンジンを鍋に入れしばらく煮る。
4. 煮立ったら弱火にして、豚肉を加えてさらに煮る。
5. 大豆をさっと水洗いして加え、砂糖、しょうゆを加え、汁気が少なくなったらできあがり。

❑ 冷凍OK

❑ お弁当OK

❑ 冷蔵庫で3～4日保存可能