

ナス干しの煮物

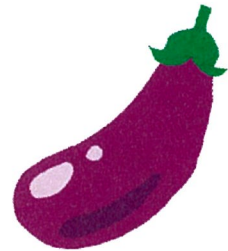


《材料》

・ナス干し	25g	}	①
・打ち豆	100g		
・人参	50g		
・ごぼう	50g		
・糸こんにゃく	100g		
・油揚げ	2枚		
・細切り高野豆腐	1つかみ		
・味噌	適量		
・油	適量		

《作り方》

- (1) ナス干しを戻す。
- (2) 打ち豆を少し、やわらかくする。
- (3) ①の材料を鍋に入れ、油で炒める。
- (4) 味噌で調味したら、完成♪



干し蓴の佃煮



《材料》

・干し蓴（戻したもの）	500g
・砂糖	200g
・醤油	150cc
・みりん	75cc
・昆布、かつお節	お好みで



《作り方》

- (1) 戻した蓴をしっかりと水切りする。
- (2) 戻した蓴に、調味料を入れ、時々混ぜる。汁がなくなるまで煮たら、完成♪