



さつま芋の甘煮

【材料】（約4人分）

| | |
|-------|------|
| ・さつま芋 | 180g |
| ・水 | 96g |
| ・砂糖 | 5g |
| ・しょう油 | 5g |
| ・みりん | 3g |

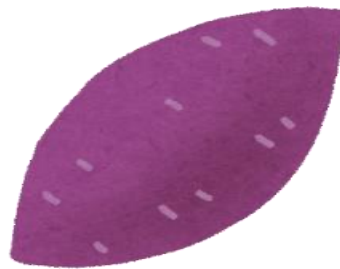


【作り方】

- ① さつま芋は根元を切り落とし、皮をしま模様にむき、1.5 cm幅の輪切りにして水にさらして水気を切る。
- ② 鍋に①と、水、砂糖、しょう油、みりんを入れて中火で熱し、煮立ったら蓋をして弱火で煮る。
- ③ さつま芋が柔らかくなったら器に盛り完成です。

※さつま芋の種類を変えたり、リンゴやレーズンを加えて作っても美味しく出来上がります！

2月28日水曜日の副菜です。



2024年2月
名阪食品株式会社

