

かぼちゃの煮物



料理特徴

だしの香りが引き立ち、かぼちゃの色味が綺麗に仕上がります。

材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
かぼちゃ	1/4個(約300g)		
さやいんげん	2本(約14g)		
<調味液>			
だし汁	400ml		
酒	45g		
SU56しょうゆ	35g		
砂糖	20g		

作り方

- ①かぼちゃは種を取り、皮を所々削いで食べやすい大きさに切る。
- ②さやいんげんは塩少々(分量外)を入れた熱湯で茹で、水に取り粗熱が取れたら長さ4cmに切る。
- ③鍋にかぼちゃの皮面を下にして並べ、<調味液>を加えて中火で煮る。
- ④煮立ったら落とし蓋をし、弱火で10分ほど煮たら器に盛り付け、②と合わせて出来上がり。