

ひじきの煮物



料理特徴

程良い醤油感とだしの効いたひじきの煮物です。

材料 40人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ひじき(乾燥)	100g		
人参	200g		
油揚げ	200g		
サラダ油	40g		
<調味液>			
特撰つゆ	200g		
砂糖	50g		
水	1200ml		

作り方

- ①ひじきは水で戻してザルにあげる。人参は細切り、油揚げは細めの短冊切りにする。
- ②鍋にサラダ油を熱して人参を軽く炒め、ひじき・油揚げを加える。
- ③②に<調味液>を加えて煮立たせ、中火で5分程度煮込んで出来上がり。