

切り干し大根の煮つけ



<材料> 1人分

サラダ油	0.5g
切り干し大根(せん)	1g
にんじん	7g
じゃこ	3g
砂糖	0.5g
うすくちしょうゆ	1.5g

<作り方>

- ① 切り干し大根を水でもどす。
- ② にんじんは千きりにする。
- ③ ①②をサラダ油で炒め、じゃこを入れて、味を整える。

※ 仕上げにごまを入れてもおいしい。



