

# すくすく人気レシピ紹介

2021年2月

今月は里芋の煮物をご紹介します。よく味の染みた里芋はとっても美味しいですよ。

作り方は簡単なのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

## 里芋の煮物

里芋	…	7~8個	だし汁	…	300cc
油揚げ	…	1枚	砂糖	…	大さじ2
			醤油	…	大さじ1.5



- ① 里芋は皮をむく。
- ② 油揚げは熱湯をかけ油抜きし、縦半分に切ってさらに幅 1cm に切る。
- ③ 鍋に里芋とかぶるくらいの水を入れ、煮たらザルに上げ、1~2 回水洗いして水気をきる。
- ④ 鍋に里芋と調味料を加え、煮たら落とし蓋をして7~8分煮る。
- ⑤ 油揚げを加えて落とし蓋をし、煮汁がほとんどなくなるまで煮る。器に盛り、完成。