

# がんもどきと切り干しの煮つけ 〈1人分〉

## 材 料

<u>スクールがんもどき</u>	<u>20g</u>
<u>切り干しだいこん</u>	<u>5g</u>
<u>砂糖</u>	<u>1.2g</u>
<u>しょうゆ</u>	<u>3g</u>
<u>むろけずり</u>	<u>0.5g</u>
<u>水</u>	<u>30~35ml</u>

## 作 り 方

- ① がんもどきはゆで油ぬきする。
- ② 切り干しだいこんは水洗いしもどし、かるくしぼって2cmくらいに切る。
- ③ むろけずりは定量の水につけ、あくを取りながら15分くらい煮立て取り出す。
- ④ だし汁の中に切り干しだいこんを入れ煮る。
- ⑤ やわらかくなりはじめたら砂糖・しょうゆ・がんもどきを加え煮る。