



※写真はイメージです。

やさしい色と味わいの旬素材を使った煮物 たけのこと鯛の煮物

材 料 (2人分)

真鯛2切
たけのこ (水煮)150g
生わかめ50g
木の芽適宜

A	キッコーマン いつでも新鮮
	しぼりたて生しょうゆ
	(しょうゆ)大さじ1と1/2
	マンジョウ 米麴
	こだわり仕込み本みりん
(みりん)大さじ1と1/2	
	水1カップ

作り方

1. たけのこは穂先をくし切り、根元を半月切りにする。生わかめはさっと洗い食べやすい大きさに切る。
2. 鍋にAを沸かし、真鯛、たけのこを入れ、落とし蓋をして中火で7~8分煮、火を止める直前に生わかめを入れてさっと煮る。
3. 器に盛り、木の芽を添える。