

【切干し大根の煮物】（一人分）

（材料）切干し大根 6g、油揚げ 4g、たまねぎ 10g、人参 4g、干ししいたけ 1g
グリーンピース 1g、醤油 1g、本みりん 1g、ゴマ油

（作り方）

- ①切干し大根は水に浸け戻す。（15 分くらい浸ける）
食べやすいように切る。
- ②干ししいたけは水に浸け戻す。そぎ切りにする。
- ③たまねぎは薄いくし切り、人参は千切りにする。油揚げは短冊に切る。
- ④鍋にゴマ油をひき、たまねぎ、人参、切干し大根を炒める。
- ⑤④に油揚げ、干ししいたけを加える。切干し大根の戻し汁と干ししいたけの戻し汁を入れる。（戻し汁は食材のひたひたくらいの量）
- ⑥グリーンピースを加える。醤油、本みりんを入れ煮る。

