

炊飯器で簡単



高野豆腐と根菜類の煮物



材料（大人2人+子ども1人分）

高野豆腐※	1切れ	干し椎茸	1個
人参	1/2本	昆布	5cm
大根	1/4本	めんつゆ	大さじ1
ごぼう	1/2本	砂糖	小さじ1
さつま揚げ	2枚	煮干し粉	小さじ2

※高野豆腐は大きいサイズのもの

<作り方>

- ①高野豆腐は水で戻して、厚さを半分にして6等分にする。
人参、大根、ごぼうは一口大に切る。
 - ②炊飯器に①と水で戻した干し椎茸、昆布、煮干し粉、調味料を入れ、材料が浸るくらいの水を入れて「炊飯」を押す。
 - ③出来上がったら干し椎茸は一口大に切り、さっくり混ぜ合わせる。
お好みで小口切りのネギを添えてもよい。
- *レシピは5合炊き用の分量です。小さい炊飯器で炊く場合は、吹きこぼれる可能性があるため、材料の全体量を減らしてください。

