



★切干大根の煮物

令和2年

【材料】（子ども10人分）

豚肉	150g
切干大根	50g
にんじん	100g
油揚げ	2枚
油	適量
だし汁+切干大根もどし汁	約800cc

●砂糖	小さじ2
●みりん	大さじ2
●しょうゆ	大さじ2

【作り方】

- ① 切干大根を水でもどす。
- ② 油揚げを湯通し、油抜きする。
- ③ 豚肉、にんじん、①、②は1～2cmの大きさに切る。
- ④ ③を油で炒める。
- ⑤ だし汁ともどし汁を加えて、軟らかくなるまで煮る。
- ⑥ ●の調味料を加えて煮る。

※加熱時間が長くし、大人よりやわらかめに仕上げます。

☆切干大根の煮物は冷凍できます。卵焼き、炊き込みごはん、混ぜごはんなどいろいろアレンジできます。



子ども10人分は
大人3～4人分です。



善通寺市 子ども課