

がんもどきの含め煮（幼児5人分）

《材料》		<切り方>	《作り方》
がんもどき	150g	乱切り	①がんもどきは油抜きをする。
たけのこ	50g	乱切り	②だし汁に人参・たけのこを入れ、煮る。
人参	60g	乱切り	③人参がやわらかくなったら、がんもどきを入れ煮る。
いんげん	3本くらい	茹でてななめ	④砂糖を入れ少し煮たら、しょうゆ・みりんを入れる。
だし汁	適量		⑤最後にいんげんを入れる。
砂糖	5g		(一旦、火を止め味をしみこませる。)
しょう油	小さじ2		温めて完成。
みりん	小さじ1/2		