

切り干し大根の炒り煮（幼児5人分）

《材料》		《切り方》	《作り方》
切り干し大根	25g		①切り干し大根は水で戻し食べやすい大きさに切る。
人参	20g	千切り	②油で人参・しいたけ・ちくわの順で炒め、だしを入れて
干しいたけ	1g	千切り	煮る。
ちくわ	30g	スライス	③人参がやわらかくなったら、調味料を入れさらに煮る。
小松菜	1/3束くらい	茹で2cm	④最後に小松菜を入れる。
かつおだし汁	1カップ		
酒	小さじ1		
砂糖	小さじ1		
しょう油	小さじ2		
みりん	大さじ1/2		
油	小さじ1		