

ひじきの煮物



調理時間
10分

かき混ぜ
ウイング

1
STEP

《材料》 3~4 人分

・ ひじき（戻した状態）	100 g
・ にんじん（細切り）	中 1/4 本
・ こんにゃく（細切り）	130 g
・ れんこん（細切り）	20 g
・ 油揚げ（細切り）	1 枚
・ 砂糖	大さじ 1
・ みりん	大さじ 1
・ しょうゆ	大さじ 1・½
・ 顆粒だし	小さじ 1
・ 酒	大さじ 1
・ 水	100ml

1. 鍋に全ての材料、調味料・水を入れる
2. かき混ぜウイングを取り付け、「煮込みモード」10 分でスタート

