



小豆南瓜

[材料] 4人分

かぼちゃ……………	1/4個	a. 酒……………	大さじ2
だし汁……………	300cc	a. みりん……………	大さじ1
缶詰小豆……………	1/2 カップ (約125g)	a. 醤油……………	小さじ1
		a. 砂糖……………	大さじ1
		a. 塩……………	小さじ1/2

● 仕上げ材料

小さじ1の片栗粉を 大さじ1の水で溶いておく

[作り方]

1. かぼちゃを一口大に切る
2. 鍋に切ったかぼちゃを入れ、だし汁とaの調味料を加え中火にかける。
3. かぼちゃが柔らかくなったら、缶詰の小豆を加え更に4～5分煮る。
4. 仕上げの水溶き片栗粉を加え、とろみが出たら火を止める。

ポイント



小豆は缶詰を使うと簡単にできます。

甘い小豆と、水煮小豆があるのでお好みの方をお使いください。甘い小豆を使う場合は砂糖を控えめに



最後に、水溶き片栗粉を入れると、仕上がりにとろみと艶がでます。

醤油は濃口がコクがあり料理にあいます。

だし汁は、市販のものでも、昆布とかつお節の合わせだしなら本格的な味になります。