つくってみませんか？

山形県の郷土料理♪給食では豚肉でつくりました

＜いも煮＞



材料(4人分)

さといも(半月厚切り)	・・・	100g
ぶたもも肉(薄切り)	・・・	60ml
ぶたばら肉(薄切り)	・・・	100g
こんにゃく(手でちぎる)	・・・	小さじ1
ねぎ(小口切り)	・・・	80g
○酒	・・・	50g
○砂糖	・・・	30g
○しょうゆ	・・・	50g
○塩	・・・	小さじ2/3
だし	・・・	大さじ1/2



作り方

① だし汁に、さといも、こんにゃくを入れて煮る

② ぶた肉、○の調味料を加える。あくをとる。

③ ねぎを加えて仕上げる。

