

ぶどう豆

10分



水煮大豆を使えば簡単にできます！！



☆この日の献立☆

- ごはん
- 魚の味噌煮
- 新玉ネギのオーロラ和え
- ぶどう豆
- そうめん汁
- キウイ

水煮大豆を使えば楽ちん。甘い味が子どもたちに人気です！

さらに美味しさを極めたい時には、「乾燥大豆」2/3カップを前日に水で戻し、その水で軟らかく煮てから同じ分量の調味料で煮てくださいね。

材料 作りやすい分量

水煮大豆	1袋（約200g）
三温糖	大さじ3杯強
みりん	大さじ2
しょうゆ	小さじ2
水	2カップ

作り方

- ① 水煮大豆はさっと洗って水気をきる。
- ② 鍋に①を入れ、調味料と水を加えて煮込む。
- ③ 汁気が無くなるまで煮る。

※味は好みで加減してください。