



<材料> およそ大人2人・子ども2人分

薩摩芋	180g
糸昆布	2.5g
鰹・昆布だし	60cc
醤油	小さじ1
砂糖	小さじ1

<作り方>

1. 薩摩芋は1cm厚さの銀杏切りにしておく。
2. 糸昆布はぬるま湯で戻して、2~3cm長さに切る。
3. 糸昆布の戻し汁を使ってかつおだしをとる。
4. 鍋に薩摩芋を並べ、上に糸昆布をかぶせ、ひたひたになるくらいのだし汁を入れたら、調味料を加えて、落とし蓋をして煮含める。
5. 薩摩芋が柔らかくなり、煮汁も少なくなったらできあがり！