



## 煮汁がジュワツといか大根

### だし香る♪～大根レシピ①

## 煮汁がジュワツといか大根

#### 材 料 (2人分)

大根…………… 1/4本  
いか(胴)…………… 1杯  
小松菜…………… 1/3束  
しょうゆ…………… 大さじ2  
★酒…………… 大さじ1  
★みりん…………… 大さじ1  
★だし汁…………… 300ml

※本格・万能だしパック使用

- ① 大根は皮をむき、いかはワタなどを取る下処理をする。小松菜は長さ4cmに切る。
- ② 大根は1.5cmの厚さに半月切りにし、いかは輪切りにする。
- ③ 鍋に★と大根を入れて火にかけ、煮立ったら弱めの中火にして大根が柔らかくなるまで煮る。いかとしょうゆを加えてさらに5分煮て、小松菜を加えてさっと煮て、火を止めて一度冷ます。
- ④ 食べる直前にもう一度あたためてできあがり♪

#### コツ・ポイント

- いかの皮が気になる場合は皮をむいてください。
- いかはワタを取ったら、しっかり洗ってください。
- 大根・いかは一度冷ますと味がよく染み込みます。
- 味付けはお好みで調整してください。