

新じゃがのそぼろ煮

材料（4人分）		切り方	作り方
★水	120c c		①★を煮立て、ひき肉を入れる。 ②煮立ってきたらあくをとり、 野菜を入れ煮る。 ③かたくり粉、いんげんを入れて煮
★酒	5g		
★砂糖	15g		
★しょうゆ	30g		
豚ひき肉	120g		
干しシイタケ	3g		
にんじん	60g		
じゃがいも	360g	中2個	
たまねぎ	180g		
かたくり粉	10g		
さやいんげん	10g		