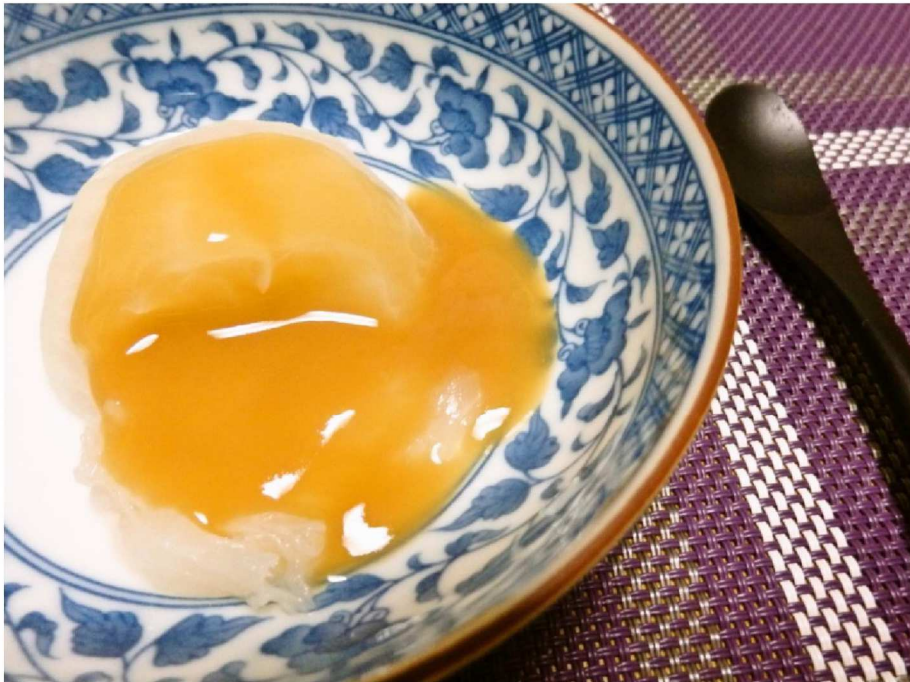


かぶのとろとろ煮しょう油餡かけ

- ・かぶ 1/2 個
- ・出し汁 150cc
- 【あん】
- ・アルファ化米粉 小さじ1/2
- ・出し汁 大さじ1・1/2
- ・しょう油 少々



1. かぶは皮をむき縦半分に切り出し汁で箸がスーと通るほど煮る。
2. 小鍋にあんの材料を入れ、弱火で混ぜながらとろみが出るまで煮る。(30秒程)
3. 1のかぶはスプーンの背で潰し2のタレをかける。