



### 【材料】(4人分)

さつまいも	350 g
刻みこんぶ	25 g
水	2カップ
砂糖・みりん・しょうゆ	各大さじ2
塩	小さじ1/2強

### 【作り方】

- ①さつまいもは皮ごときれいに洗い、2~2.5cm幅の輪切りにし、水にさらしておく。
- ②刻みこんぶは洗って、30分ほど水につけてもどす。
- ③厚手の鍋に水、砂糖、みりん、しょうゆ、塩を加え、①と水気を切った②を入れて煮る。
- ④③が煮立ったら弱火にし、落し蓋をする。さつまいもが煮えたら火を止め、味を含ませる。