



○ 使用製品 鯉の素 桜印

○ 栄養成分表示(1人前)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
88 kcal	11.8 g	0.7 g	9.0 g	1.1 g

この表示値は、目安です。

○ 材料 (1人前=260g)

- 大根 100g
- いか (冷凍) 50g
- **だし汁(桜印) 100g**
- 濃口醤油 4g
- 砂糖 3g
- 酒 3g

○ 作り方

- ① 大根は皮をむき、4cm位の乱切りにする。
- ② 鍋にだし汁(桜印)・大根・砂糖・酒を加え、煮立ったら中火にし、落とし蓋をしやわらかくなるまで煮る。
- ③ いかに濃口醤油を加え、中火で煮詰める。

