



○ 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
60 kcal	2.6 g	0.3 g	11.6 g	0.9 g

この表示値は、目安です。

## ○ 材料 (1人前=142.5g)

- 里芋 40g
- やわらかとりそぼろ(しょうゆ味) 10g
- 【材料A】
- だし汁(桜印) 80g
- 濃口醤油 5g
- みりん 2g
- 砂糖 2g
- しょうが汁 0.5g

### 【材料B】

- 水 2g
- 片栗粉 1g

## ○ 作り方

- ① 里芋は食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に①・材料Aを入れ煮る。
- ③ 芋がやわらかくなったら、仕上げにやわらかとりそぼろ(しょうゆ味)を加え、材料Bの水溶き片栗粉でとろみを付ける。

