

食材2つだけ!

里芋

×

イカ



調理時間

30分

こっくりとした優しい味わい

里芋とイカの煮物

材料 (2人分)

冷凍イカ(輪切り) …… 100g

里芋 …… 8個

○しょうゆ …… 大さじ2

○みりん …… 大さじ1と1/2

○酒 …… 大さじ2

○砂糖 …… 大さじ1

1 材料を切る

里芋は厚めに皮をむき、ボウルに入れる。塩大さじ2(分量外)を入れて手でよくもみ、流水で洗い流してぬめりをとる。

2 煮る

鍋に水200ml(分量外)と○を入れ中火にかける。煮立ったら弱火にし、イカを入れて5分煮たら一旦皿に取り出す。煮汁に里芋を入れ、里芋に竹串がささる固さになるまで、弱火で15分煮る。イカを戻し入れ、さらに5分煮る。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索