

食材2つだけ!

大根

×

サバ缶



調理時間

30分

ピリッときいた辛味がアクセント

大根とサバ缶の韓国風煮

材料 (2人分)

大根 …………… 250g(8cm)

サバ缶詰(水煮) … 1缶(190g)

コチュジャン……………大さじ1

しょうゆ……………小さじ1

みりん……………大さじ1

酒……………大さじ1

砂糖……………ひとつまみ

にんにくチューブ……………5mm

しょうがチューブ……………5mm

1 材料を切る

大根は1cmの厚さのいちょう切りにする。耐熱皿にのせてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで5分加熱する。

2 煮る

鍋に水150ml(分量外)とすべての材料を入れ、弱火で20分煮る(サバ缶は汁ごと加える)。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索