

家族みんなでほっかほか♪あごだしのおでん(1人前約335kcal)



<材料(2人前)>

- 大根・・・1/4本
- ちくわ・・・2本
- がんも・・・2個
- はんぺん・・・1枚
- ゴボウ巻き・・・2本
- こんにやく・・・100g
- 茹で卵・・・2個
- みりん・・・大さじ1杯
- [超特選丸大豆醤油](#)・・・大さじ2
- [だし取り職人](#)・・・2袋

<使用した商品>



【1】まず大根とこんにやくを適当な大きさに切り、600ccの水と「[だし取り職人](#)」2袋と一緒に鍋に入れ、沸騰させてから10分ほど煮込みます。



【2】練り物等を適当な大きさに切り鍋に入れます。水の量が少ない場合は、全体の8分目(具の頭が少し見える位)になるまで足します。



【3】みりんと「[超特選丸大豆醤油](#)」を加え、具に味が染み込むまで20分以上煮込みます。具材に色が付き、お好みの味加減になったら完成です。