

鮭とかぶの煮もの

塩鮭をあっさりした煮物にしました



材料（4人分）

塩鮭（甘口）	……	4切れ
なたね油	……	大さじ1
かぶ	……	600g
にんじん	……	1本
白ネギ	……	1本
砂糖	……	小さじ2
酒	……	大さじ4
みりん	……	小さじ2
塩	……	少々

作り方

- 1 塩鮭は1切れを4等分に切る。
- 2 かぶは、皮をむきくし形に切る。にんじんは乱切りにする。白ネギは薄切りにする。
- 3 フライパンになたね油を熱し、塩鮭を両面を焼いて取り出す。
- 4 鮭を取り出したフライパンに白ネギ、かぶ、ニンジンを入れて炒める。
- 5 野菜に火が通ったら、塩鮭を入れる。酒、みりん、砂糖、を加えて2-3分煮る。
- 6 塩で味を整える。