

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

しば生で簡単! 定番のかぼちゃの煮物

調理時間

25分

1人分

118kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



がんばる農家応援団
かぼちゃ

+

使ったのはコレ!



キッコーマン
いつでも新鮮
しばりたて
生しょうゆ

しば生で簡単!定番のかぼちゃの煮物

材料/3人分

かぼちゃ.....300g

キッコーマン いつでも新鮮

しばりたて生しょうゆ

.....大さじ1と1/2

A 本みりん.....大さじ1と1/2

砂糖.....大さじ1

水.....300ml

作り方

- ①かぼちゃは種とわたを取り除き、ひと口大に切り、ところどころ皮をむく。
- ②鍋にかぼちゃを並べ、**A**を入れて強火にかけ、沸騰したら弱めの中火にして落としふたをし、かぼちゃが柔らかくなるまで煮る。