



煮物

## 仙台 麩 と インゲンの 煮もの



【材料】	分量 (4人分)
仙台 麩 (1cm幅の輪切り)	1本
インゲン	1パック(150g)
ゴマ	適量(4g)
【調味料】	
しょうゆ	大さじ1
砂糖	大さじ1
水	400ml
鰹調味料	小さじ1

### 【調理方法】

1. 鍋に調味料と仙台 麩、筋を取ったインゲンを加え、インゲンが柔らかくなるまで煮る。
2. 器に盛ってごまをふる。