

芋煮しょうゆ味

**調理時間**

約30分

カロリー

130kcal(1人分)

材料

(4人分)

里芋	700g
(A)	
だし汁	300ml
みりん	大さじ1
砂糖	大さじ1
醤油	大さじ2

作り方

- 1 里芋は皮をむいて、塩(分量外)をふってもみ洗いする。
- 2 ダッチオーブンにAと(1)を入れ、蓋をしてグリルに入れる。
- 3 オーブンモードを選択し、タイマーを10分に設定して点火する。消火後そのままグリルの中で10分余熱する。

余熱で加熱する時間にじっくりと味がしみ込みます。