冬の根菜の昆布煮



調理時間	約40分
カロリー	85kcal(1人分)

材料	(4人分)
大根	5cm
ニンジン	2/3本
レンコン	100g
ゴボウ	1/2本
切り昆布(乾燥)	5g
(A)	
醤油	大さじ2
みりん	大さじ2
酒	大さじ2
水	適量

作り方

1. 大根、ニンジン、レンコンは厚さ2cmのいちょう切りにする。ゴボウは1cm幅の斜め切りにして、レンコンと酢水(分量外)にさらす。
2. ダッチオーブンに(1)と切り昆布、Aを入れ、全体がかくれるくらいの水を加え、蓋をしてグリルに入れる。
3. ダッチオーブン機能を選択し、タイマーを15分に設定し点火する。消火後、そのままグリルの中で15分余熱する。

余熱で根菜に味がぐっとしみ込み、一段とおいしくなります。