

お揚げと

キャベツ

のだし炒め

材料(2人分)

キャベツ 1/4玉(約300g)

揚げ 2枚

だし漬の素 ※大さじ1杯半

※お好みの味付けに調整してください。

料理酒 適量

サラダ油 大さじ1杯

作り方

- ① キャベツは芯を取り食べやすい大きさに切る。
- ② 揚げは一口大の大きさに切り分ける。
- ③ 鍋にサラダ油を中火で熱しキャベツと揚げを炒める。
- ④ 料理酒を入れ、キャベツがしんなりしたらだし漬の素を加えサッと全体がなじむまで炒め合わせる。



お揚げに染み込んだ「だし」

甘いキャベツと相まって優しいお惣菜まで簡単にできてしまいます。

こんぶだしを一番おいしく使うだしの調味料 漬かる技をさつと味付けに！

料理・スタイリング／kunie ochi
写真・構成／naoki onishi