


| 献立名 | 材料（4人分） | 作り方 |
|-----------------------|--|---|
| りんごと さつまいもの 重ね煮 | りんご（皮付き） …… 120g さつまいも …… 120g 水 …… 60cc レーズン …… 適量 シナモン …… 適量 | <p>① りんごは皮つきのまま大きめのいちょう切りにする。</p> <p>② さつまいもは皮をむき、5mm幅の輪切りにする。</p> <p>③ 鍋にりんごとさつまいもを交互に重ね、レーズンを散らす。</p> <p>④ ③に水を加え、ふたをして弱火で蒸し煮にする。 途中で水分がなくなるようなら水を足す。</p> <p>⑤ さつまいもが柔らかく煮えたら火を止めて10分蒸らす。</p> <p>⑥ 水分が残っているようなら、ふたを開けて水分を飛ばす。</p> <p>お好みでシナモンをふって出来上がり</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> |