



## 便利メニュー

## 煮込み

火力の目安  
強

## 材料（1回分）

豚バラ薄切り肉(3cm幅に切る)	150g
じゃがいも(一口大に切る)	300g
玉ねぎ(くし形に切る)	2個(400g)
にんじん(乱切り)	1本(100g)
干しいたけ(もどして4つに切る)	4枚
だし汁としいたけのもどし汁	300g
砂糖	大さじ2
しょうゆ	大さじ3
酒・みりん	各大さじ1

## 作り方

- 鍋にすべての材料を入れ、鍋をIHヒーターの中央に置き、「中火」～「強火」で加熱する。
- 沸とうしたらあくを取り、落しふたとふたをし、メニューの「煮込み」「強」を選び、約90分煮込む。
- 仕上げに塩・こしょうで味を調える。