



【材料】（4人分）

かぶ	600g
イカ	大1杯
わけぎ	半束
だし汁	2カップ
みりん	大さじ3
砂糖	大さじ1/2
しょうゆ	1/4カップ

【作り方】

- ①かぶは茎 2 cmほど残し、葉を切り落とし、皮をむき、根元に十字の切り込みを入れ、軽く下茹でし、水に取る。
- ②イカは足を抜き、胴は中を洗い 1 cm幅に切る。足からわたと墨袋を取る。わたはほぐす。足は 4 cm長さに切る。
- ③わけぎはさつと茹で、1本ずつ結ぶ。
- ④鍋にだし汁とかぶを入れ火にかけて、3分たったらいか、みりん、砂糖、しょうゆで調味し、わたを入れ、かぶが柔らかくなるまで煮る。途中でわけぎを入れ、ひと煮させる。