



【材料】（4人分）

かぼちゃ	400 g
ネギ	5 cm
しょうが	1/2 かけ
油	大さじ 3
スープ	1 カップ
酒	大さじ 2
しょうゆ	大さじ 1.5
砂糖	大さじ 1 と 1/3

【作り方】

- ①かぼちゃは種を取り除き、厚さ 1~1.5 cmの食べやすい大きさのくし形に切る。
- ②ネギとしょうがは、みじん切りにする。
- ③中華鍋を熱し、油をなじませ、①のかぼちゃを入れ、中火で両面が薄いきつね色になるまで炒め、スープを加える。
- ④③が煮立ったら、酒、しょうゆ、砂糖を加えて調味し、汁気がなくなるまで時々返しながらか 7~10 分煮る。