

野菜の蒸し煮

材料	野菜	500g
	ベーコン	1枚(30g)
	水	2.5カップ
	塩	少々

今日の野菜は・・・

しめじ キャベツ
玉ねぎ ジャがいも
大根 人参
れんこん
(季節の野菜で)

- 作り方
1. 野菜は、1cmの角切り、ベーコンも同様に切る。
 2. 鍋に野菜、ベーコンを重ね、分量の水(ひたひた)とごく少量の塩を入れ、ふたをして強火にかける。
 3. 煮立ってよい香りがしてきたら弱火にし、野菜が柔らかくなるまで(7~8分)煮れば、できあがり。

～野菜を切って鍋に入れて作った野菜の蒸し煮は、とっても簡単。
味付けを変えたり、食材を変えれば、バリエーションは無限です。～