

副食

梅蒸しキャベツ

[1人分] エネルギー：35kcal 塩分：1.9g



材料 [2人分]

- キャベツ：200g
- 梅干し2個：
- しそ：4枚
- 醤油：小さじ1
- みりん：大さじ1/2

作り方

1

キャベツはざく切りに、芯の部分は薄切りにします。梅干しは種を外して刻みます。

2

厚手の鍋に"1"を入れて混ぜ、醤油とみりんを加えて混ぜます。

3

蓋をして弱火で蒸し煮にして、好みの柔らかさになったら火を止めて冷めます。

4

器に盛り、しその千切りを散らします。