

味噌煮込みロールキャベツ



2人分

鶏ひき肉 200g
キャベツ 4枚
生ひじき 25g
みじん切り青ネギ 15g
みじん切りしいたけ 1個
すりおろししょうが 少々
片栗粉 大さじ1
しょうゆ 小さじ1
だし汁 1cup
赤だし味噌 大さじ2
砂糖 大さじ2

- 1) キャベツを茹でる。芯の部分を削いでおく。
- 2) 鶏ひき肉に を入れてよく混ぜる。キャベツでタネを包み楊枝等をとめる。
- 3) だし汁、味噌、砂糖をよく溶かし、お鍋にロールキャベツをきっちり並べてだしを注ぎ入れ、30分ほど煮込む。味を見て、お好みの濃さまで煮詰める。