

# ～ひじきのふりかけ～

## 【材料(4人分)】

• ほしひじき	9g	
• 粉かつお ※1	小さじ1½	
• ごま	小さじ1	
A {	• 濃口しょうゆ	小さじ2
	• 砂糖	小さじ2
	• みりん	小さじ1
	• 水 ※2	大さじ1～2



※1 かつお節でも可。

※2 焦げそうであれば、水を足してください。

## 【作り方】

- ① ほしひじきは水で戻し、水気を切っておく。
- ② 鍋に①とAを入れ、弱火でじっくりと炒り煮する。
- ③ 水分がなくなってきたら、粉かつお、ごまを加える。

粉かつおを入れると焦げやすいので注意！