

鉄火みそ豆

【鍋】 ミニゴールド or NEO

【材料】

豆	100g	砂糖	大さじ2
水	1/2カップ	味噌	大さじ2
		ぬか	大さじ2
		すりゴマ	大さじ1
		サラダ油	大さじ1

【作り方】

- ① 豆を乾煎りする（ときどきゆすりながら） 豆が割れてきたら OK



- ② 火を止めて、水を入れて蓋をする ※水が跳ねるので注意！！

- ③ 火をつけて、調味料を入れて混ぜたら出来上がり

