

ハサミで切って冷蔵庫やレシピノートに貼ってご自由にお使いください。

いなげや これであなたも 煮物上手に!

味付
カンタン

煮物の黄金比

味つけ早見表

和風煮物

きんぴら (炒り煮)		煮魚 (ハッ甲煮)	
料理酒 濃口しょうゆ 砂糖		料理酒 濃口しょうゆ 本みりん 水	
3 : 2 : 1		1 : 1 : 1 : 5	

洋風煮物

ミートボール の煮込み		トマト煮	
赤ワイン 中濃ソース ケチャップ		トマトジュース めんつゆ(2倍) 本みりん 水	
10 : 4 : 2		4 : 3 : 2 : 4	