

中村市長も挑戦！簡単！時短めし！ レシピ

(インスタントかつおだし汁)	分量(おとな)						切り方	工程
	1人分		2人分		4人分			
	目安	単位	目安	単位g	目安	単位g		
熱湯 かつお節(パック)		200cc		400cc		800cc		<p>① 耐熱容器にかつお節を入れ、熱湯を注ぐ。 蓋をして蒸らす(3分位)茶こしなどで、 漉す(こす)</p> <div style="text-align: right;">  </div>