

## 小豆昆布

小豆	1C
昆布	10cm 角 1 枚
水	小豆の 3 倍
塩	小 1/2~1

- ① 小豆は洗う。昆布は 5 mm 各に切る。  
小豆と昆布と水を鍋に入れて強火にかける。
- ② 沸騰したら中火にして、水を足しながら、はじめの水位を保つようにする。  
(常に水面が動く状態にする。)
- ③ 小豆が柔らかくなったら、塩を加え、約 15 分炊く。  
ぜんざいのように水を残す。熱いうちに頂く。  
朝食に摂ると良い。