



6/10 (木) 四川風豆腐のアヒージョ (オイさん)

(材料2人分)

絹ごし豆腐：1/2丁

合いびき肉：50g

にんにく：1かけ

ごま油：小さじ1

豆板醤：大さじ1

A { 中嶋屋本店
「うまかだし 焼きあごだし」：1袋
水：大さじ3

薄口醤油：小さじ1

B { ごま油：大さじ1
ラー油：小さじ1

小ねぎ：大さじ1

① 豆腐は小さめのさいの目切りにし、にんにくはみじん切りにする。小ねぎは小口切りにして、だしパックは袋から中身を出しておく。

② 鍋にごま油と①のにんにくを入れて、香りが立つまで炒め、ひき肉を加えて炒め合わせる。

③ ②の鍋のひき肉の赤身が消えてきたら、豆板醤を入れて混ぜ合わせ、Aを加えてザックリ混ぜる。①の豆腐と薄口醤油を加えて優しく混ぜる。

④ ③の豆腐が温まったら、Bをたらして、器に盛り、①の小ねぎを散らす。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット>でご覧になれます。