

2/23 (金)

## 和の麻婆豆腐

(オイさん)

(材料 2 人分)

木綿豆腐：1 丁

合いびき肉：100g

にんにく・生姜：各ひとかけ

ごま油：大さじ1

赤味噌：10g

A 濃口醤油：10ml

みりん：20ml

かつおだし：150ml

水溶き片栗粉：大さじ1

小ねぎ(みじん切り)：大さじ1

ラー油：少々

- ① 豆腐はさいの目に切って、キッチンペーパーで水気を軽くふく。にんにく・生姜はみじん切りにする。
- ② 鍋にごま油を熱し、①のにんにく・生姜を入れ、香りが立つまで炒め、A を加えて味噌を溶かし、ひき肉を入れて、全体に絡めながら炒める。
- ③ ②の鍋にかつおだしを加えてなじませ、①の豆腐を入れて弱火で10分煮る。
- ④ ③に水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、最後に小ねぎを散らし、好みでラー油を垂らす。
- ⑤ 器もしくはごはん盛る。

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、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。