

◎豆腐のあんかけ



《材料》

- ・豆腐(絹ごし)・・・25g
- ・小松菜(葉先)・・・少々
- ・たまねぎ・・・5g
- ・にんじん・・・3g
- ・かつお出汁・・・50cc
- ・水溶性片栗粉・・・少々
- ・しょう油・・・1滴

ステップ1



豆腐は湯通しして水を切り、1cm角のサイコロ状に切る。
軟らかく煮たにんじん、たまねぎ、小松菜はみじん切りにする。(野菜スープからの取り分けでもOK)

ステップ2



鍋に野菜とかつお出汁を入れ、一煮立ちさせる。しょう油を1滴たらし、水溶性片栗粉でトロミをつける。

ステップ3



盛りつけた豆腐の上からあんをかけて、出来上がり。