

炒り豆腐

(4人分)

木綿豆腐 1丁 人参 1/3本
ゴボウ 1/2本 ネギ 1/2本
干し椎茸 4個 卵 1個
鶏挽肉 150g
干し椎茸の戻し汁 大さじ2
酒 大さじ1
みりん 大さじ2
醤油 大さじ2
ごま油 大さじ1



1



人参は細切り、ネギはみじん切り、ゴボウはササガキ、干し椎茸は戻して薄切りにします。戻し汁はとっておきます。卵は溶きほぐします。

2



熱した鍋にごま油をひいて、鶏挽肉を炒めます。肉の色が変わったら…

3



人参とゴボウ、干し椎茸を投入。全体に油が回ったら…

4



豆腐を投入して、菜箸で崩します。

5



そこへ干し椎茸の戻し汁、みりん、酒、醤油を入れて蓋をして10分ほど煮ます。

6



人参とゴボウが柔らかくなったら、ネギと溶き卵を投入。混ぜて蓋をして弱火にすること1分。

7



完成です。美味しく召し上がれ！