

なめらかな食感の絹こしとうふに

旨みをたっぷりと感じ込めたお肉がピッタリ！

初夏のスタミナメニュー！！

絹こしとうふの

ピリ辛肉炒めかけ

作り方

1 フライパンにサラダ油を中火で熱し、豚ミンチをカラリと炒めます。

2 しょう油、料理酒、砂糖、キムチの素を入れてよく混ぜ合わせ最後にゴマ油をいれます。

3 器に半分に切った絹こしとうふを盛りつけ、上から炒めたピリ辛肉をかけます。

材料（2人分）

絹こしとうふ・・・1丁

豚ミンチ・・・100g

しょう油・・・大さじ2杯

料理酒・・・大さじ2杯

砂糖・・・大さじ1杯

サラダ油・・・大さじ1杯

ゴマ油・・・適量

キムチ漬の素・・・大さじ2杯



< 調理例 >