



お料理教室レシピ

揚げ豆腐と豚ばら肉の白腐乳煮込み

使用材料

豚ばら肉	80g
乾椎茸（戻した物）	2枚
長葱	1/4本
木綿豆腐	1/2丁
青み	適量

味付け

白腐乳	小匙2
おろし生姜	小匙1/2
おろしニンニク	小匙1/2
鶏ガラスープ	300cc
塩	少々
胡椒	少々
葱油	適量

作り方

- ① 木綿豆腐をペーパーで水気を取り、木綿豆腐、豚ばら肉、椎茸、長葱を食べやすい大きさにカットする。
- ② 180℃のサラダ油で豆腐、椎茸、長葱を素揚げし一度ザルにあける。
- ③ 鍋にサラダ油を入れ、豚ばら肉を炒め、生姜、にんにくを弱火で炒めてから白腐乳と鶏ガラスープを入れ、②の豆腐、椎茸、長葱を入れて煮込む、塩で味を調えて水溶き片栗粉でとろみを付けて仕上げに葱油入れ、お皿に盛り付けて完成。



- ・弱火で煮込む事で揚げた豆腐に味を染み込ませます。
- ・青みは青梗菜、ホーレン草、菜の花、アスパラなど使っても美味しいです。

