

料理名： 揚げだし豆腐かつおあんかけ



調理時間・おすすめポイント

20分

使用したCコレ商品

CO・OP国産フクユタカ木綿とうふ、CO・OP特選丸大豆しょうゆ

お気に入りの理由

しっかりしていて、大豆のにおいのする豆腐です。

材料

《4人分》

豆腐・・・・・・・・・・ 2丁
小麦粉・・・・・・・・・・ 適量
卵・・・・・・・・・・ 1個
けずりがつお・・・・・・・・ 50g
ショウガ・・・・・・・・・・ 1片

ねぎ・・・・・・・・・・ 少々
A（だし汁1カップ、しょうゆ大3、
みりん大2、酒大1、砂糖大1/2）
油・・・・・・・・・・ 適量
片栗粉・・・・・・・・・・ 大1

作り方

- 1.豆腐は水気を切って4つ切りにし、小麦粉をまぶす。
- 2.溶き卵、けずりがつおを1にからめる。
- 3.油を熱し2を揚げる。
- 4.器に3を盛り、あんの調味料Aを煮て、片栗粉でとろみをつけてかける。ショウガ、ねぎ、けずりがつおをトッピング。

お名前：N・Yさん