

## 焼とうふと白菜の生姜焼き丼



※写真はイメージです

## 焼とうふと白菜の生姜焼き丼

### [ 材 料 (2人分) ]

白菜	1/8切	
マメなくらしの国産大豆100%焼とうふ	1丁	
油揚げ	1/2枚	
胡麻油	大さじ1	
A	生姜(すりおろし)	1片分
	みりん	大さじ1
	酒	大さじ1
	しょうゆ	大さじ1と1/2
ご飯	2人分	

### [ つくり方 ] 調理時間:約15分 ※ご飯を炊く時間は除く

- 白菜は葉を縦半分に切り、さらにそぎ切り、焼とうふは厚さを半分に切ってから食べやすい大きさに切る。
- フライパンに胡麻油を熱し、白菜に軽く焦げ目がつくまで炒めたら焼とうふを加える。
- 焼とうふに火が通ったら油揚げも加え、よく混ぜたAを入れて味が全体に馴染むように混ぜる。
- ご飯を器に盛り、3と煮汁を一緒にかける。

使った商品はこちら



WESTERN  
WISDOM  
FOOD

マメなくらしの国産大豆100%  
焼とうふ

熟練の職人がにがりの攪拌と固め、崩し作業などを手作業で行い、崩れ難く味染みやすいものに仕上げています。