

とっておきレシピ  
RECIPE

## 小大豆もやしの麻婆豆腐



### 材料

(2人前)

まめどん[小大豆モヤシ2cm幅] (150g)

豆腐[サイの目切り] (100g)

豚ひき肉 (25g)

ニンニク (小1/2)

ショウガ (小1/2)

鶏がらスープ (200cc)

醤油 (大2)

砂糖 (小1)

甜麺醤 (小1)

豆板醤 (小1)

ゴマ油 (小1/2)

サラダ油 (適宜)

### 作り方

1. サラダ油で、ひき肉、ニンニク、ショウガ、豆板醤を炒め、鶏がらスープを加える。
2. (1)に醤油、砂糖、甜麺醤を加え調味し、豆腐を入れて煮込む。
3. まめどんを加え、水溶き片栗粉でとろみをつけ、ゴマ油を入れる。