

豆腐十ゲット



[材料] (4個分)

・高野豆腐	8g	┌	・うすくちしょうゆ	小さじ1/2
・豆乳	大さじ1		・塩	小さじ1/4
・鶏ひき肉	160g	A	・清酒	小さじ1
・長ねぎ	20g	┌	・みりん	小さじ1/2
・切干大根	6g		・片栗粉	小さじ2
・しょうが	1.8g		・揚げ油	適量

[作り方]

- ① 高野豆腐を水で戻して軽くしぼり、きざむ。きざんだ高野豆腐に豆乳を吸わせる。
- ② 水で戻した切干大根と、長ねぎ・しょうがをみじん切りにする。
- ③ 高野豆腐からしょうがまでの材料と、Aの調味料を合わせる。
- ④ 4等分して、小判型に成形する。
- ⑤ 油で揚げる。

