

肉豆腐

【材料】

にんにく	1かけ	みじん切り
しょうが	1かけ	みじん切り
豚ももこま肉	200g	
人参	小さめ1/3本	いちょう切り
玉ねぎ	小さめ1個	色紙切り
木綿豆腐	一丁	色紙切り
しめじ	80g	
長ネギ	1/3本	小口切り
小松菜	1株	2cmカット
サラダ油	小さじ1	
砂糖	小さじ2	
しょうゆ	大さじ2	
塩	小さじ1/2	
酒	大さじ1	
だし汁	200cc	



作り方

- 1 小松菜は下茹でしておく
- 2 油でにんにく、しょうがを炒めて香りを出し、豚肉、玉ねぎ、人参の順に炒めだし汁、調味料を加え煮る。
- 3 しめじ、豆腐を加え更に煮る。
- 4 長ネギと茹でておいた小松菜を入れて仕上げる。

