

◎麻婆豆腐

【材料】 4人分

木綿豆腐	1丁
豚ひき肉	80g
サラダ油	大2
甜面醬	大1
にんにく	1片
豆板醬	小1
トウチ	小1
鶏がらスープ	200ml
醬油	大2
紹興酒	大1
長葱	15cm
にら	3本
サラダ油(ラー油)	大1
水溶き片栗粉	大2
胡麻油	大1
花椒粉	適宜

【作り方】

- ① 豆腐を1.5cm角に切る。
- ② にんにくはすりおろす。
- ③ 長葱はみじん切り、にらは5mm幅に切る。
- ④ フライパンに大2の油を熱し、豚ひき肉を炒めほぐし、さらに甜面醬を加えて炒め、取り出す。
- ⑤ フライパンに大1の油を熱し、②のにんにく・豆板醬・トウチを入れて炒める。
- ⑥ ⑤に炒めたひき肉④とスープを入れ、沸騰したら①の豆腐を入れ、醬油・紹興酒で味をととのえ、③の長葱・にらを加え、水溶き片栗粉でとろみをつけ、鍋肌から胡麻油をまわしかける。
- ⑦ 盛り付けて、お好みで花椒粉をかける。

