



甘酒スパイシー 麻婆豆腐

NEW YEAR
MENU



< 材料 (2人分~4人分) >

- 胡麻油…大1
- コチュジャン…小1
- ねぎ・生姜・ニンニクのみじん切り…大1
- 粉山椒…少々
- 片栗粉…小1
- 豆板醤…小1
- 味噌…小1
- 甘酒…大3
- 五香粉…少々
- バクチャーお好みで
- 豚ひき肉…100g
- 醤油…小1
- 木綿豆腐…1/2丁
- ニラ…2本ほど

< 作り方 >

- ① 鉄鍋を火加減2にセットして熱したところにごま油を入れ、そこにねぎ・生姜・ニンニクのみじん切りを入れて炒め、さらに豆板醤とコチュジャンを入れ、香りがでたところに豚肉も加えて炒めます。
- ② ①に甘酒も加えてよく混ぜてから豆腐を2cmほどの角切りにしたものを加え、さらに水100ccと味噌と醤油を加えて5分ほど煮込んだら仕上げに水大1.5を溶いた水溶き片栗粉でとろみをつけ、刻んだニラとバクチャーをのせて完成。

甘酒が隠し味の辛いだけじゃない麻婆豆腐！くせになる味です。

鉄鍋で煮込んだ麻婆豆腐はそれだけで本格的に見せてくれて食欲もアップ。

五香粉や山椒はめくりもよくしてくれるので冬の代謝アップにぜひ。

