

食材2つだけ!

厚揚げ

×

カット野菜(きんぴら用)



調理時間

15分

いつものきんぴらがボリューム UP

厚揚げとごぼうのきんぴら

材料 (2人分)

厚揚げ …………… 1枚(200g)

カット野菜(きんぴら用) …… 200g

赤唐辛子 …………… 1/2本

○酒 …………… 大さじ2

○しょうゆ …………… 大さじ1

○みりん …………… 大さじ1

○砂糖 …………… 小さじ1

○和風だし(顆粒) …… 小さじ1/2

ごま油 …………… 小さじ2

1 切る

厚揚げは1cmの厚さに切り、熱湯をかけて油抜きする。赤唐辛子は種を除いて輪切りにする。

2 フライパンで炒める

フライパンにごま油を入れて中火で熱し、厚揚げを両面軽く焼く。カット野菜と赤唐辛子を入れて2分炒め、○を加えて全体を炒め合わせる。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索