

食材2つだけ!

豆腐

×

アボカド

塩昆布とごま油で簡単味付け

## アボカド冷奴

材料 (2人分)

絹ごし豆腐…………… 200g

アボカド…………… 1/2個

○塩昆布…………… 5g

○いりごま…………… 小さじ1/2

○ごま油…………… 小さじ2

### 1 切る

豆腐は食べやすい大きさに切り、ペーパータオルに包んで5分おく。  
アボカドは1cm角に切って○とボウルに入れ、混ぜる。

### 2 盛る

皿に豆腐をのせ、アボカドをかける。

調理時間

10分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索