

食材2つだけ!

豚ひき肉

×

豆腐



調理時間

15分

手間をかけずに手作り麻婆豆腐が完成!

レンジで麻婆豆腐

材料 (2人分)

豆腐(木綿) …… 2/3丁(200g)

豚ひき肉 …… 100g

○しょうゆ …… 大さじ1と1/2

○味噌 …… 小さじ1

○オイスターソース …… 小さじ1

○豆板醤 …… 小さじ1/2

○しょうがチューブ …… 1cm

○にんにくチューブ …… 1cm

片栗粉 …… 小さじ2

ごま油 …… 小さじ2

1 材料を切る

豆腐は2cm角のさいの目切りにする。

2 電子レンジで加熱する

深めの耐熱ボウルにひき肉、水50ml(分量外)、○を入れて菜箸で混ぜる。ラップをかぶせ、600Wの電子レンジで3分加熱する。取り出して菜箸で混ぜる。豆腐を加えてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで3分加熱する。

3 仕上げ

片栗粉を水大さじ1(分量外)と混ぜ、2に加えて木べらで混ぜる。ラップをかぶせ、600Wの電子レンジで1分加熱する。ごま油を回し入れ、木べらで混ぜる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索